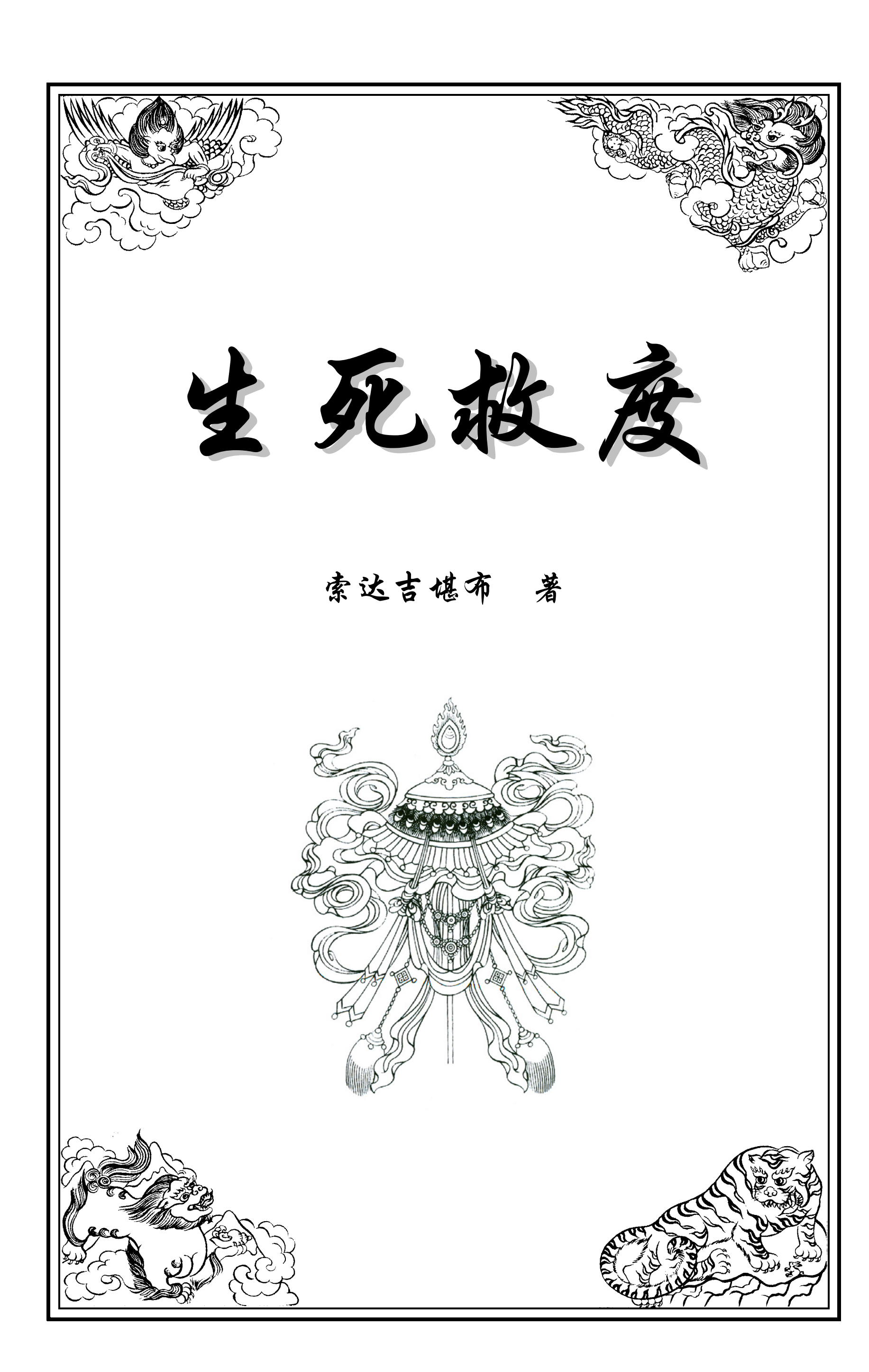


生死救度

索达吉堪布　著







目　录

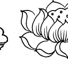
《放生功德文》

《临终关怀文》







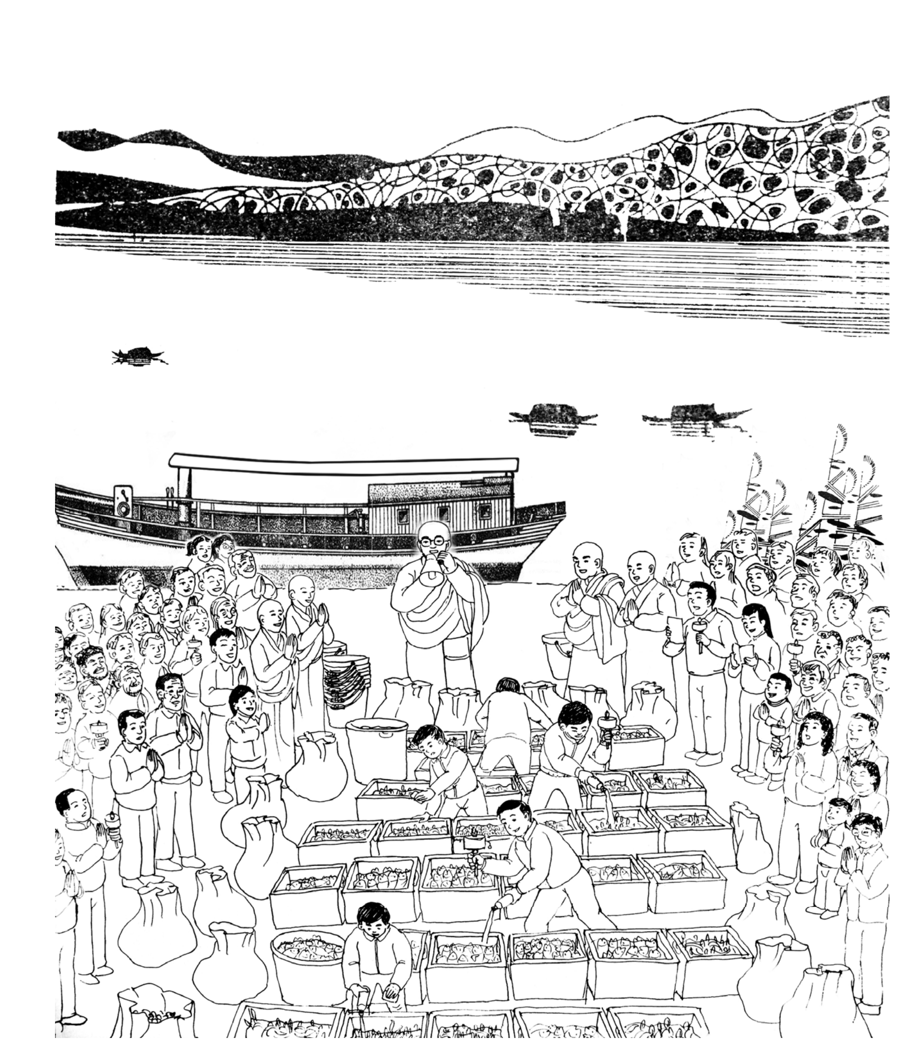


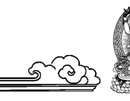

放生功德文

趙樸初











不要再杀生了！

——法王如意宝晋美彭措在二〇〇〇年极乐法会上的讲话

各位法师、各位朋友：

你们好！

新世纪的钟声即将敲响之际，非常高兴能够穿越时空和大家进行真诚地交流，在佛法上共同创造殊胜的缘起。

在这个世界上，生命是最可贵的。当我们濒临死亡而被人救度，那将比得到全世界的财富还快乐；反之，如果我们被夺取生命，那痛苦比倾家荡产还要大无数倍。我们人类是这样，其他生命，大至狮子老虎，小至昆虫蚂蚁，都一样是贪生怕死。它们虽然不会说话，但对痛苦的感觉则和人没有两样。作为万物之灵的人类，我们是不是应该将心比心、推己及物，和动物们友好相处，让世界充满和平与幸福呢？

就当前藏地牧区而言，杀生的情况相对比较严重，这既违反佛教教义，又与世间道德相违背。

首先从佛法的角度来看，杀生是最严重的罪恶，果报亦是非常可怕。异熟果：杀生者必堕地狱，数亿年感受难忍痛苦，因为让被杀动



物痛苦；等流果：生生世世喜好杀生且短命多病，因为有杀生的习气及缩短被杀动物的寿命；增上果：转生于环境恶劣之处，因为夺取了被杀动物生存的幸福。这一切都是因果不虚，每个人死后都必须感受生前所造业的果报。

人的痛苦莫过于被判死刑，与动物相比，死囚虽然精神上的折磨比较严重，但肉体上的痛苦相对来说比较轻微，持续时间也较短暂。然而，藏地牧区的牛羊被运往成都、兰州等很远的地方，一路上要经历数次死亡般的痛苦。从牧区到汉地要两三天时间，到了市场又要等两三天，进了屠宰厂又要等七八天。为保证牛不消瘦而不让牛反刍，人们就狠心地用钉子把牛的上下颌钉住，有的就把牛下颌刺穿，把牛舌头从中间拉出来。十几天里，它们吃不到一根草，喝不到一滴水，以至于在运输途中看见路边的小河时，渴极了的牛会不顾一切地跳下正在疾驰的卡车，将腿和肋骨都摔断了。而且一路上车子颠簸抖动，车上的牛非常害怕，全身的力气都用在四个蹄子上，几天下来，牛蹄子都折断脱落了。至于羊，就像口袋一样地被倒挂在车厢外面，任凭风吹日晒雨淋，所感受的痛苦就像地狱和饿鬼的痛苦一样，是难以想象的。然而能死在运输途中还是幸运的，因为






更恐怖的事情还在后面。

到了屠宰厂，那些被折磨了五六天的牛羊被关在黑暗肮脏的牛棚里，又饥又渴地熬过七八天，最后，它们被赶过一条又窄又深的通道，到了屠宰车间门口，听到里面屠杀机器的响声，同伴们的惨叫声、挣扎声，看见充满血腥的地狱场面，它们全都吓得身体颤抖，眼泪流出，拼命想往回逃，但已经来不及了。它们的角上已经拴上了绳子，虽然拼命挣扎，但还是被机器拖了进去。

有的则用铁钎将牛的眼睛刺瞎，再往屠宰车间赶。牛刚进去，一只大铁钳就夹住了牛的



被倒吊放血的牛

后腿，将牛倒吊起来，随着传送带运进去，用



刀割开喉管及血管，热血从空中洒下来，牛在半空中垂死挣扎，胃里的东西都从喉咙里倒了出来。传送带再进一步，牛被活生生地剥皮，开膛取内脏……稍有慈悲心的人看到这些，都会痛彻心肺。

还有一种闭气杀牛的方法，就是用绳子绑住牛的口鼻，不让它呼吸，这样，牛要经过近半个小时才会窒息而死。这种方法非常野蛮残忍。

许多牧民把家畜卖给屠夫，认为自己没有杀生的罪过，这完全是愚痴的，这种做法的罪过甚至比亲手杀生还严重，自己、屠夫以及一起商量买卖的人都造了同等的罪业。那些屠夫根本不相信因果，执此邪见而杀害很多众生，造下难以估量的罪业。有的人为了修佛塔、玛尼石堆、经堂等，将牛羊卖给屠夫；有的人为了僧众的生活而杀害家畜。这些都是以行善的名义而造恶业，不仅丝毫没有功德，而且罪加一等！

要知道，这些众生都是我们过去世的父母亲人的转世，曾经哺育过我们，为了我们的成长，他们付出了多少心血！可是今天我们却在他们身上加诸无量痛苦，这难道不是恩将仇报吗？即便不说前世的恩德，我们喝了母牛的鲜





奶，却还要把它们杀害，吃它们的肉、穿它们的皮，这究竟还算不算人的行为？！

从世间的道德方面来看，就像长江上游的森林一度被乱砍滥伐，造成水土流失，使下游的旱涝灾害一年比一年严重。同样道理，由于没有禁止从牧区贩运牛羊到汉地，某些不法分子趁此机会将一车车的牛羊偷运到汉地去卖，现在从藏地向汉地运牛羊的车与当年运木材的车一样多，而且运到汉地的牛羊很多都是雌性的，有些还怀着小生命，直到屠宰厂才被发现。这种情况如果任其持续下去，牧区的牛羊将会大量减少以至于灭绝，牧民的生活面临着危机，这样势必给牧区的社会治安和牧民的生活安定带来很大影响。


胎盘

其实，藏地很多屠宰厂至今已杀死了成千上万头牛羊，但并没有获得多少利润，有的甚至亏损破产，这样的企业生产对藏地经济不能带来任何利益。而且，这种不考虑后世果报残

杀动物的行为，会严重影响后代子孙的精神文明，他们会因此成为根本不保护动物、凶残如猛兽般的野蛮人。

汉地虽然不像牧区，但杀生的情况更严重，杀生的手段多种多样，不仅杀害牛羊猪鸡等，还杀害鱼虾蟹鳖等水族，几乎每一城市都像罗刹的都市一样充满血腥和杀气。有一次我从成都回学院，路上看到一群被扔在公路边待杀的鸭子，它们的脚被捆着，汽车路过时，它们拍打着翅膀挣扎着逃命，挤成一堆。虽然它们的生命只剩下短短的几分钟，可是它们的求生欲望依然那么强烈。汉地吃素的人往往被轻视，放生被看成是莫名其妙的行为。各大城市的放生会做了很多放生的工作，非常感谢你们，希望能够再接再厉，继续广行放生。在此我祈求放生工作能受到护持众生安乐的所有高僧大德们的支持，能得到所有三宝弟子的热切关注与积极参与。

如果不从事杀生的行业，我们还是有办法生活下去的，素食同样能够活得健康快乐。倘若我们积极地戒杀放生，这个地球将会成为美丽的花园。

为了自己的来世，为了整个人类的明天，我在此合掌祈请各位朋友：在身心自由的情况

下，千万不要再把牛羊等动物送到地狱一样的难忍痛苦中，不要故意杀害任何生命。这是我对你们的最大期望，也是对你们的恳求！无论现在还是未来，凡是听受我的教言的人，都应全力以赴地戒杀放生，这样能给自他带来无比的利益，使我们的世界变得更加美好。

祝各位吉祥如意！扎西德勒！谢谢。



最可贵的是什么？

尊敬的佛友们：

在我们生活的广大世界中，什么是最可贵的东西呢？您也许会认为是自己的金银财宝或珍贵的物品等等，但我不这么认为。对我来说，自己的生命才是最可贵的，如果我在遭到生命危险时，我愿舍弃自己的一切财产来换取生命的延续。其实每个众生都会像我一样如是地珍惜自己的生命，吾等大师——大慈大悲的释迦牟尼佛曾在《龙王请问经》中这样劝告我们：朋友们！你们千万不要为了自他的生存而去杀害众生的生命！因为每个众生都珍视自己的生命。所以，有智慧的朋友们为了自他的利益，不要损害任何一个众生的生命。佛陀又在《布施波罗蜜多经》中劝诫道："生命是最可贵的，甚至连蝼蚁以上的动物都喜爱自己的生命，不愿被杀和随喜被杀，故我也是不愿被杀、教杀和随喜杀。"

由此看来，生命是何等的可贵！从生命的价值来看，我们即便是用一万元去救护一条鱼的生命，也是值得的。当然，世尊所宣说的八

万四千法门，我们修学任何一门，都是非常殊胜的，但是其他法在修学时若是发心不清净或是无记的发心，功德显然不是太大。而您无论发什么心，哪怕只是救护一个生命，功德也是无量的，因为您直接利益了众生。龙树菩萨在《大智度论》中云：“诸余罪中，杀罪最重；诸功德中，不杀第一。”吾等大师释迦牟尼佛在因地曾多次用自己的血肉来救护其它众生。现在我们作为佛弟子又是如何对待众生的呢？是否在实际行为中学过佛的所行呢？在此，我们应当了知：成佛之根本是菩提心，而菩提心是从饶益有情生起的。为了解除自他轮回的痛苦，我希望各位虔诚的佛弟子多多放生！

索达吉于色达喇荣五明佛学院
一九九九年二月十日



劝友放生书

——新世纪的生命妙药

顶礼大慈大悲救苦救难观世音菩萨！

全球钟声的宏鸣，宣告悠悠岁月的长河，告别了20世纪；千年之交的殊荣，推动每个人的生命时轮，进入21世纪。此时此刻，在世界屋脊上，我以自己的诚心，为所有珍惜生命的有情，献上延命长寿的妙药，作为新世纪的礼物，愿生命之花在美好的家园里开得更加璀璨夺目！

道友们，在时针跳过新旧纪元的界限之际，你的心灵是否有刹那震栗？回想往昔，你用何种色彩谱写了自己的人生；展望未来，你又将如何描绘生命的历程？想想我们无常的生命，在新世纪的百年之内，一一将如同钟声以前的时间长河消逝无迹。在无常吞噬自己之前，我们都有一段可以自主掌握的时光，在这一段尚是空白的光阴之始，都应筹划为自己、为亲友、为所有的有情，如何创造幸福与安宁。安宁、幸福是人类永恒的梦，然而在往昔的20世纪，战争、瘟疫、车祸、地震、空难，还有核恐惧





的烟尘，弥漫着人类的家园，也扰乱了每个生命的美梦。

这一切痛苦都是人类自招，在新世纪开端，应当警醒啊，千万不要重温噩梦！我们祈求所有追求幸福的人，奉献你的爱心、悲心，奉献你最大的力量，以救护生命来净化这个热恼不安的世间，尽扫生命前途的恐怖阴霾。

我们都希冀自己与亲友能一生平安，共享天伦，而世上的一切有情，亦莫不如是，“畜生亦有母子情，犬知护儿牛舐犊”，如果它们惨遭无辜杀害，怨愤之情实是刻骨铭心，以此世世辗转相报，世上岂有安宁！“世上多杀生，遂有刀兵劫”，追溯 20 世纪两次世界大战及数不清的冲突战祸，人们忽如疯狂地拼杀，难道这都是无因无缘而起的吗？现在每时每刻，世人所杀害的众生，其数量实是无法统计，而世人之间的争斗灾祸也日益增盛。业感之下，人类明日境遇如何，谁也不敢想象。

大乘佛弟子们，快快行动起来，自救救他，自利利人，动员所有的人来爱护生命，救护生灵。世间少一个有情的杀害怨仇，也就会少一分争斗不平；谁能救护一个濒死的生命，谁就能得到多生处祸无殃的安宁之福。本师释迦牟尼佛在世时，一位年轻人因父母阻拦他出家，



而伤心求自绝，结果投河水倒流，赴火火不烧，跳崖无伤损，故意去犯罪求死，处决时刽子手连连放箭，利箭却化为朵朵鲜花。这都是因他前世解救过一个濒死者而感召的福报，不但如此，他在五百世之中都享受着无任何横死灾祸的安乐。欲得乱世享太平，还请放生施无畏！

大慈大悲佛陀在《梵网经》中说：“若佛子，以慈心故，行放生业。一切男子是我父，一切女人是我母，我生生无不从之受生，故六道众生皆是我父母。而杀而食者，即杀我父母，亦杀我故身……生生受生，常住之法，教人放生。”无始无终的漫漫轮回中，我们在业网系缚之中，与每个人之间都曾多少度的相怨相亲？曾上演过多少幕如“孙子娶祖母，猪羊炕上坐，六亲锅里煮”的轮回惨剧？也曾遭受过多少次如迦旃延尊者所说“口食父肉打其母，怀抱杀己之怨仇，妻子啃食丈夫骨”的轮回之法？你身边那一切正在遭受杀害的有情，都与你今世的父母一样，曾以爱怜的手养育过、关怀过你，快快唤醒你心中的恻隐天性，救护将要被杀害的父母吧！

世人终日辛勤，以求养家糊口的资财受用，怎奈许多人往昔没有积聚福德，纵日夜劳作不息仍贫穷困顿，饱受穷困痛苦的煎熬。殊不知



辛勤如山，不如积福如火星。在积福的有为善法中，世尊说过，救护有情生命功德极大。据《金光明经》记载，在宝髻如来出世时，流水长者子（释迦牟尼佛前世）以大象往一即将干涸之池内运水，救护了池中的一万条鱼，并念诵佛号加持回向给鱼群。那一万条鱼以此在死后转生为天子，为报恩德而在流水长者子家中撒下四万颗宝珠，并降下天花为长者祝福。放生而积福德，现世即可成熟，诸多公案，昭乎耳目。正信诸友，当精进于放生护生，则积善之家，必有余庆！

弘一大师说："先问诸君：一欲延寿否？二欲愈病否？三欲免难否？四欲得子否？倘愿者，今有一最简便易行之法奉告，即是放生也。"人们若希求眷属团聚，寿命延长，身心安乐，诸缘如意，应发大悲心、行放生业，则显感冥通，自己所希求的愿望，当下即可得到实现。晋美彭措法王如意宝说："哪怕救一生命也有无量的功德，望诸位精勤戒杀放生，为今生来世造福。"

人们在世间求学有益的知识技艺，都会遵循智者们的教导；在追求世间幸福安宁时，也当遵崇智者的教导，去以简便易行之放生善行，求得生生世世健康、长寿、富裕、事事顺心。

放生在世间可增福增寿，消除疾病违缘；在出世方面，则如莲宗九祖蕅益大师所说："欲即人心证佛心，转劫浊成净土，术莫过于放生。"放生的功德千经共指，万论同证。一切有为善法中，功德最大、最易行之法莫过于放生。我们不幸生于末法时代，自己善根浅、烦恼重，在修习其他法门时，困难重重、魔障纷纷，而以放生之法去积资忏罪，辅助自己念佛求生净土，如果能尽心尽力于此，则如憨山大师所言："放生解冤结，放生罪垢轻……放生又念佛，万修万人证。"印光大师在《放生十大功德》中说："戒杀放生者，来世得生于四王天，享无极之福，若兼修净土者，直可往生于西方极乐国土，其功德实无涯矣。"

过去数年中，全国各地的道友们在法王如意宝倡导下，救护过数十亿的生命。这些无比的善德，都会成熟在我们每一个参与放生的道友们身上，为道友们的今生后世定会带来无边的利益！

作为大乘佛弟子，让我们在此新世纪开端，为新世纪的众生，以最大的努力去举行放生善行，以此功德祈求此世纪中，所有的众生和平共处，恒享太平安乐！

千年之交刻，世纪之初时，

赖我世尊教，作此乞命书，
愿诸有缘人，听劝勤放生。
持之厚福寿，亦圆出世功，
愿此同诸人，生西登莲品。

索达吉于色达喇荣
二000年元月一日




凡皈依佛门的出家人和在家居士，及未皈依的善男善女们，若你能认真学习此论，则对你的事业、修行等各方面皆有很大的利益。在学习时，一定要反复阅读，认真揣摩，再三思维，不然，对于在此论中引证的许多经论教典中的甚深金刚语，不可能一目了然。知道杀生的过失和放生的功德后，就应在日常生活中随力取舍，断杀放生，若能进而于此文精义广为宣说，或辗转翻印，更能积累无边功德。这样，诸多众生将得以离苦得乐，你也能藉此在将来速疾成就，这是笔者著此文的唯一目的。

放生功德甘露妙雨

顶礼本师释迦牟尼佛！
顶礼大慈大悲观世音菩萨！
顶礼一切大恩传承上师！

经论智理虚空中，降临加持甘露雨，
沉溺斗杀火海众，以此当获清凉觉。

吾等大师释迦牟尼佛的佛教可归纳为三点：不造伤害众生之恶业、奉行身口意善业、经常善于调伏自心烦恼，这就是真正的佛法。《涅槃经》云："诸恶莫作，诸善奉行，自净其意，是诸佛教。"因此，皈依佛门的人，不应重视于是否拥有皈依证等这样的假名，而应以利





益有情的善心为主。在时时刻刻之中，自己力所能及地饶益那些可怜的众生，这才是大乘菩萨的殊胜行为，是已发菩提心者不可缺少的行径。因为世尊所说八万四千法蕴的精华是菩提心，菩提心的本体也就是直接或间接利益众生的心，所以仅发救护众生的心，也超越世间有为法的一切功德，如寂天菩萨云:“仅思利众生，福胜供诸佛。”

而一切众生最为珍护的就是其生命，从死亡线上把它拯救出来，是对它最大的恩德，无情中断其生命是对它最大的迫害，故戒杀放生是大乘菩萨本分中的事，也是圆满成佛资粮的最大方便。本文试图根据佛经论典以及理证，对此作一较全面的阐述:

杀生报应

在十种不善业中，杀生和邪见的罪过最大，如云:“杀生之上无余罪，十不善中邪见重。”《戒杀放生文》云:“世间至重者生命，天下最惨者杀伤。”华智仁波切根据佛经而云:“若杀一有情，需偿五百生。”故无论杀庞大众生或是渺小众生，自己必须偿还五百次生命。恭请杀业严重的人想想:你在来世需要偿还多少次自己的宝贵生命，如是还愿意杀生吗?在《正法念处

经》中说:“设使杀害一有情，一中劫住于地狱。”如是则当思维，一中劫有多少万年，此人何时方能解脱?！莲池大师云:“造此弥天恶业，结成万世深仇。一旦无常，即堕地狱。镬汤炉炭，剑树刀山，受罪毕时，仍作畜类。冤冤对报，命命填还，还毕为人，多病短命，或死蛇虎，或死刀兵，或死官刑，或死毒药，皆杀生所感也。”

我们杀任何一个众生，自己死后即会变成这样的众生，遭受到同样的厄难。《楞严经》云:“以人食羊，羊死为人，人死为羊，如是乃至十生之类，死死生生，互来相啖，恶业俱生，穷未来际……以是因缘，经百千劫，常在生死。”在《杂宝藏经》中有一公案:从前有一个富翁，他想吃羊肉，但又怕儿子反对，就打妄语说他家的风水好，是由于田边大树上的树神保佑，因此，必须杀羊供神。其儿子信以为真，在树旁建一座小庙，并杀羊供养树神。不久那富翁死了，因说妄语和杀生报应，堕入恶趣成羊。第二年儿子又要杀羊祭神时，恰好选中了其父托生的那只羊。此羊咩咩叫着，死也不肯被牵出去，正伏在地上时，门外来一罗汉，说明前世因缘，并加持主人也能看见其父转生为羊的经过。此时儿子十分懊悔，就摧毁神庙，从此

断恶行善，永不杀生，恒作放生，并礼敬三宝，深信因果。

又佛经中有一故事：曾经目犍连和德生比丘至海边时，见一人全身炽燃火焰，口出大哭声，周围有无数饿鬼执持燃火之弓箭，向它射刺。目犍连以神通观察因缘，此人从前为一猎人，杀生极多，故其生时多年受苦，死后即堕地狱，难以解脱。

其余经中另有一故事：昔日舍卫国毗卢释迦王率领军队，至释迦族聚落，杀害八万释迦族人。彼时佛观其因缘，乃为往昔释迦族人当渔夫杀害众鱼类的果报，毗卢释迦王和其大臣为当时二大鱼的转世投生。

所以，虽然我们的肉眼看不见前世和后世，但自己杀生的恶业恒时跟随着，一旦因缘成熟时则会现前其果报，若得天眼神通，则定会注意取舍因果。《百业经》云：“纵经百千劫，所作业不亡，因缘会遇时，果报还自受。”诸契经和毗奈耶皆云：“诸业纵百劫不亡。”智悲光尊者的《功德藏》云：“高空飞翔金翅鸟，虽暂不见身影现，然与其身无离合，因缘聚合定现前。”如是所说的意义是：譬如金翅鸟飞翔高空时，我们虽不能现见其身影，但此时并非无身影，只要我们一直跟随，一旦鸟身下落时就能明见

其黑影。同样，我们杀生的恶业或放生的善业，现在虽然不能现见，但始终不会失坏，何时因缘成熟时便会现前其果报。

世界上的一切动物，实际上都好生怕死，与人一样。如《功德藏释》云：“往昔释尊当国王时，其眷属因田旱祈雨，而杀生供神。此时，国王生悲愍，设法遮止，而云：赡洲天旱地干，余供无力，当从吾眷属之中，宰杀千人，供神求雨。尔时，诸所有臣民，恐惧祈祷，免杀供神。时王曰：汝与余众，本皆相同，悉爱自命。”有些愚笨的人，见到正待遭杀的牛等牲畜恐怖抵拒而怕死的情状，不但不加以同情怜悯，反而大发愤怒，非去宰杀不可，此人死后定即堕地狱。

一切小动物同样具生命，都具苦乐的感受，贪生怕死与人无有差别，不能轻易伤害，否则，必定遭受果报。譬如，从前在江苏扬州外城有位农民叫四六，他喜好整理园圃种植花木，有一天挖土时发现一个蚁穴，内有无数蚂蚁，因他凶残好杀，从家里拿一盆沸水，直接灌入蚁穴，无数的蚂蚁全被烫死了。那年 8 月的一天，他梦中忽然看见无数的蚂蚁爬遍他的全身，醒来时，发现全身肌肉有无数红色斑点，次日后，小点都化为红泡，每一红泡里长出一只蚂蚁，

狠咬其肉，痛苦难忍，他恐惧哀叫，数日之后便趋死亡。这仅是人世的一种果报，而人趣之外，尚有三恶趣的无量难忍之苦。故敬请诸君，当思维杀生的不可思议业感！

本来世上的一切众生，都爱执自己的生命，除地狱众生外，都不愿死亡。比如某人将遭枪杀，若有一人以钱帛赎出或其他善巧方法救出，此人于彼无疑是一个真正的救命恩人，被赎之人此时定会思潮如涌，热泪盈眶，刻骨铭心，万分感激。同样之理，若见遭杀有情而行放生时，也有如此之德，哪怕仅仅是买一条小鱼。

根据《俱舍论》所述，若有人委托或者随喜他人杀生，则此业被称为积而未作之业，此人与亲自宰杀者有同等罪过。如果在梦中杀生或平时误踩足下虫蚁而致死等，因无有杀害之心故，被称为作而无积之业，无有大罪。喇拉曲智仁波切著的《极乐愿文大疏》云：“若为三宝杀生，其罪超过余罪十万倍。”以杀生所得之资财供僧或修建寺庙、佛像等，非但无有功德，且有极大过失。又据佛经及《俱舍论》中说，凡买卖刀、枪、渔网等用作杀生的工具，买卖双方皆当堕于地狱，并且在工具未毁灭之前，日日增上无量的罪业。

另据教证，一家人中，如果有一人操持屠

夫、猎人等杀生行业，则此家中人人均当堕地狱一次。若山谷中有一人杀生，则整个山谷不得吉祥。并且一刹那也不能与此类人接近和交谈：他们到别人家里，也会带去诸多不吉祥事；他们的物品若带在身上，则会消减自己身上三宝加持品的力量；即使仅接触他的影子，也会带来许多不安与不吉祥。

因此，应该守护不杀生戒，纵不能永断杀生者，也应发愿一年或一月，甚至一天断杀。不杀有很大利益，从前在圣迦多延所居的城市中有一屠夫，他受持夜间不杀的戒，此后，因在世杀业所感而生于孤独地狱，白天在炽热铁室中受苦，但持戒之功德力却使他在夜里，住于天宫，四天女围绕享受安乐。

明了上述杀生过失后，我们应当在上师三宝前，发坚固誓愿：从今之后，纵遇命难亦不杀害任何众生！

圣者亦受杀生之报

曾经佛在世时，有阿罗汉邬陀夷，给一婆罗门女子说法，后此女子与一盗贼谋杀了这位阿罗汉，把砍下的头埋在灰坑里。国王发现此事后，捕捉并活烧了盗贼与女子，并将盗贼的





五百眷属处以砍断手足的刑罚。当佛弟子向释迦牟尼佛请问此事因缘时，佛陀告以从前鹿野苑有一梵施国王，做了一个梦，梦见自己的肠子捆住了城市。国王问婆罗门大臣此梦吉凶，婆罗门本知是善梦，然为自己与五百眷属的利益，答以需大量杀牛供众，当时有一母牛与公牛，国王本不想杀，而婆罗门儿子坚持要杀，这两头牛因无故遭此横祸而在临死时发了恶愿，发誓将来报仇并断婆罗门五百眷属的手足。那时的梵施国王即现在的国王，当时的大臣即现在的阿罗汉邬陀夷，五百眷属即五百盗贼，当时的母牛与公牛即现在的婆罗门女与盗贼。

又有圣者龙树菩萨布施其头的故事：以前印度乐行王的太子为早日继承王位，而求龙树菩萨布施其头。太子先用宝剑斫砍菩萨，但是如砍虚空，丝毫不能损伤。龙树菩萨告以自己的兵器业障已消除，只有往昔割草时杀过一虫，此果未报，因此只有以吉祥草才能割断头颈，后来果然如是。

大圆满传承祖师贝若扎那，因前世做比丘时曾杀过身上虱子，以此果报，在迁往到嘉莫察瓦绒后，被关在有许多虱子的监狱里。

虽然诸圣者已内证了相应的空性，外境对他们无利无害，但在显现上，仍须感受如幻的

杀生业报，这也是因果真实不虚的又一旁证。

杀生毁戒不得成就

皈依三宝的众信徒，守菩萨戒和密乘戒者，千万不能杀生，否则失坏一切戒律。佛经云：“皈依佛者，真实居士，不依余天；皈依法者，当离害心；皈依僧者，不随外道。”《大圆满前行引导文》云：皈依戒三所断者：皈依佛，不得皈依外道诸天；皈依法，断除损害众生，甚至梦中亦不得害众生；皈依僧，不依外道友伴。因此若杀生，则失坏皈依戒，若无皈依戒，则岂有居士、沙弥、比丘、比丘尼等戒？《七十皈依颂》云：“一切功德依律仪，若无皈依则无戒。”若杀害众生，也定失坏菩萨戒，因根据经论，一切菩萨戒的根本为愿菩提心，若故意损害宰杀众生，难道还有此心吗？设使无有菩提心的种子，其余善法从何增长？《华严经》云：“善男子，菩提心者犹如种子，能生一切诸佛法故。”若杀害众生，则违犯密乘十四条根本戒中的第三条嗔恨总道友和第四条对众生舍慈心之戒。

无论修显宗或密宗，若杀害众生，则诸佛菩萨不会欢喜，若他们不喜，则永时不得加持

和成就。寂天菩萨云：“众乐佛欢喜，众苦佛伤悲，悦众佛愉悦，犯众亦伤佛。遍身着火者，与欲乐不生，若伤诸有情，云何悦诸佛？”

因此，很多修行人不得成就和不见本尊的根本原因，恐怕是由前世或今生中伤害有情而来，故应忏悔自己的杀业，立誓从今以后再不做令诸佛不喜之事。如寂天菩萨云：“因昔害众生，令佛伤心怀，众罪我今悔，祈佛尽宽恕。为令如来喜，止害利世间，任他践吾顶，宁死悦世主。”

吾等大恩根本上师、显密圆融、众生怙主法王如意宝金刚阿阇黎晋美彭措勇列吉祥贤尊者，亦于今年近五千僧俗弟子中，传讲《释迦牟尼广传》，讲到悲苦众生时，不能自已而哽咽流涕，再三发誓纵遇命难亦不害任何众生。此时，吾等众多弟子，亦从内心深处，发誓永远不加害众生！

忏悔杀业

我们应当从现在起尽量不害任何众生，对前世或今生所造的杀业，应精勤忏悔。若诚心忏悔，便能消尽恶业，譬如以前印度指鬘王，性情凶残，曾杀九百九十九人，每杀一人即取一指节，拟为项鬘，但因不满千数，想杀释迦

牟尼佛时，终于认识了自罪，内心忏悔，后证得罗汉果位。

若想：前经说杀生住一中劫地狱，此说今生解脱，此二不相违吗？答：此二不违。前者是指未忏悔者而言，此说以忏悔力除杀罪之障，便能今生成就。例如，本来犯死刑罪的人，后来依人力或财力等，此人不但不受死刑，且有改过自新、东山再起之机会。同样，依金刚萨埵的誓愿力和自己的悔心力，能除恶业，也有依靠菩提心进行忏悔的方法。所以杀生深重的人，一心忏悔是最最重要的！

忏罪的方法，主要用《三十五佛忏悔文》，或诵百字明、金刚萨埵心咒等极为殊胜的陀罗尼。《妙臂请问经》云：“如春林火猛焰炽，无余遍烧诸草木，戒风吹燃念诵火，大精进焰烧诸恶。犹如日光炙雪山，不耐赫炽而消溶，若以戒日念诵光，炙照恶雪亦当尽。如黑暗中燃灯光，能遣黑暗皆无余，千生增长诸恶暗，以念诵灯能速除。”《猛厉三调续》云：“念金刚萨埵十万遍，犯根本誓言也能清净。”《大圆满前行引导文》云：“每天念二十一遍百字明，不增上罪业。”《无垢忏悔续》云：“念一百零八遍百字明，能清除一切罪障，解脱三恶趣。”《金刚萨埵修法如意宝珠》云：“若具足四对治力，如

法念诵四十万遍金刚萨埵心咒后，则破根本誓言罪亦能清净；且今生成办一切所愿之义，来世亦决定往生极乐世界等自己所欲之净土。”

如是忏悔者，能得净罪之相，其相即如《准提陀罗尼》所云：“若于梦中梦吐恶食，饮酪乳等，及吐酪等，见出日月，游行虚空，见火炽燃，及诸水牛，制伏黑人，见比丘僧比丘尼僧，及出乳，树，牛王，山，狮子座及微妙宫，听闻说法。”

大悲为要

《大智度论》说：“慈悲是佛道之根本。”《菩提道次第广论》中说：“于最初入大乘数，亦以唯发此心安立，后出大乘，亦以唯出此心安立。故大乘者，随逐有无此心而为进退。”法王如意宝所作的《胜利道歌·天鼓妙音》中说：“为沉恐怖轮回众，获得永乐之佛果，当负利他之重任，舍弃爱自如毒食。以此可阻恶趣门，亦可获得善趣乐，趋至究竟解脱地，切莫散乱修此要。”

故对于放生，不能仅仅当作一件表面上的好事，而应以大悲心为本而放生，否则实不应理。如宋朝的大文学家苏东坡的爱妾，是一位虔诚的佛教徒，热衷于放生。有一天到山林里

放生回来，看见庭中一群蚂蚁正在争食掉落的糖，她一举脚把蚂蚁都踩死了。苏东坡看见后，不禁感慨地说：“你放生是为了慈悲，原是好事，但是为何独厚禽鸟，而薄待于蚂蚁？这不是真实的慈悲呀！”《劝发菩提心文》云：“尝闻入道要门，发心为首；修行急务，立愿居先。愿立，则众生可度；心发，则佛道堪成。苟不发广大心，立坚固愿，则纵经尘劫，依然还在轮回，虽有修行，总是徒劳辛苦。”

同样，对渺小众生也不能轻视。《贤愚经》云：“莫想诸罪微，无害而轻视，火星虽微小，能焚如山草。”《入菩萨行》亦云：“刹那造重罪，历劫住无间，何况无始罪，积重失善趣。”汉地大德亦云：“万物伤亡总痛情，虽然虫蚁亦贪生。”若对众生不具大悲心，虽是僧人或居士等，也仅是外表形象而已，而不是真正的佛教徒。

此外，要想修本尊法有所验相，也需具备利益有情的大悲心。比如，无著论师在鸡足山苦修十二年，一无所获，未能亲见其本尊弥勒菩萨，气馁下山，于中途看见一母狗，二足皆跛，腹上遍满小虫，痛苦不堪。无著菩萨因此生起极难忍的猛厉大悲，用手去除虫又恐将其杀死，乃不顾狗身烂坏、脓液熏人，闭目伸舌，欲以舌去舔掉诸虫。然舌触到的却是地面，睁

开双眼，狗身已不现，而出现在面前的却是光明赫奕的本尊弥勒菩萨。无著菩萨悲喜交加，请问弥勒菩萨为何不垂慈悲，十二年中不现真身。弥勒菩萨答言：“非不现身，实我与你从未分离，只因你业障太深，故不能见。你十二年苦修，业障略薄，今见我幻化之母狗而生起大悲，业障净除无余，故能真实亲见我身。”

现在在汉地以及国外，人们所造的杀业很重，饭店中菜谱上的花样越来越新，被食用动物的范围越来越广，制作的手段也越来越残忍，餐桌上成百上千的生命尸身横陈，真好似一个人间地狱，悲惨世界。而那些杀生烧制的人，何时能还清这沉重的债务呢？

而藏地雪域是诸佛大悲总集观世音菩萨所化道场的缘故，98%的人从小就念佛行善，很少杀生，若一家杀了一头牛，全家就会为它发愿念咒，并请寺院僧人念经超度；当发现有兔、猫、乌鸦等死亡后，人们也会请僧众诵经超度，然后埋葬。在食肉前，人们习惯上都要念观音心咒七遍或一百遍。在有人出钱买下将被宰杀的牛羊等准备放生时，卖方也往往会减低价格，作为对放生的一种随喜。

因此，我们所有皈依佛门者，应详细观察自己，若不具大悲心，那就成了一个仅具名相

的佛教徒。故应千方百计使自己发起悲心，尽力放生，饶益受苦的众生。我们哪怕在一个月当中能救一个有情的性命，也有重大的意义和功德。往昔的诸佛菩萨和高僧祖师们，为了拔济众生的痛苦不惜牺牲自己的身体乃至生命，据《大智度论》卷十一记载：往昔雪山中，有一仙鸽，生活优游自在。有一天，鸽见一人，为大雪弥漫而失道，穷厄困苦，饥寒交迫，命在须臾，鸽见此人，大发慈悲心，即飞行求火，聚薪燃之，为此人烤火取暖；又复以己身投火自焚，以施此饥人果腹。仙鸽以此功德，后来转世成佛，即释迦如来。与这些大菩萨们相比，若我们连放生的这一点钱也舍不得，难道还算是发大乘菩提心的人吗？

肉食与素食

在《楞严经》等大乘经典中，佛陀着重宣说了戒杀断肉以及素食的功德。如《楞伽经》中云：“得生梵志种，及诸修行处，智慧富贵家，斯由不食肉。”《受十善戒经》云：“啖肉者多病……当行大慈心，奉持不杀戒。”因此在历史上，梁武帝也根据《涅槃经》等佛经教义，出于慈悲心肠反对吃荤，著《断酒肉文》四篇，主张僧尼一律断肉。他又召集三律师入宫会议，

使僧尼断肉食素，从此在汉地佛教徒中，吃素成为了良好的定制。直到如今在汉地，绝大多数寺院的法师居士都在坚持吃素，获得佛经所说的无量断肉功德。

不过在食肉的问题上，藏地及奉行上座部的东南亚地区与汉地有着不同的传统习惯，又均有教证依据，欲解释此现象、推知佛经的深奥意义，应根据具德上师的教言、清净的传承以及广大的智慧，以此方能了知各种经论的不同破立之处。

有人以为藏地食肉是密宗风行所致，事实并非如此。确实基于密宗最高的见地，吃肉与双运、降伏等一样皆属于密宗的最高行为，但这仅对于证悟很高的瑜伽师而言，非一般凡夫所能企及。如大成就者帝洛巴常吃生鱼，那若巴对此未生起邪见，如理依止后，也获得了究竟成就。又如汉地济公和尚一生吃肉喝酒，然人们依然推崇其为圣者的权巧示现，而未敢讥侮或效仿一样。藏地佛教徒食肉的习俗，即是基于高原地理不长庄稼的客观现实，以本师释迦佛在别解脱戒中的方便开许为根据而形成的。

印度律宗祖师功德光和释迦光在各自所著的《律经根本律》与《毗奈耶三百颂》中都开

许食用三净肉。又《毗奈耶经·药事品》中云：“世尊告，不得食用非清净之肉。”《律仪经》云：“观察钵中之鱼肉等，若非人肉等，则可食用。”印度阿阇黎巴西在《中观精华论》中云：“声闻乘论中，开许三净肉，食亦无过失，已成精等故，如乞食无过……食肉非有过，时众无害故。”《中观精华论释》中亦云：“大悲怙主释尊者，于大乘经典不仅未开许食肉，且云遮止。小乘经中食用三净肉亦说无过失。”此三不净肉，多数智者根据《律仪颂》中“利众如来云：故意宰杀肉，或见或闻疑，其肉不得食”一偈，解释为或见、或闻、或疑为我杀者，但也有些论典说凡是为食肉而宰杀者，全为不净肉，如释迦光论师所著的《毗奈耶具光论》云：“不食故意宰杀之鱼肉等，若杀或劝杀，及随喜杀者，虽是三净肉，但故意宰杀乃无慈悲心故，亦非合理，不得食用，余肉乃无遮也。”

但大乘经论对食肉作了严格的遮止，如《大象力经》、《大云经》、《涅槃经》、《指鬘经》、《楞伽经》、《妙臂请问经》以及中观诸论中广说了食肉的过患。在《楞伽经》中佛告大慧菩萨：“大慧，我有时说遮五种肉，或制十种。今于此经，一切种，一切时，开除方便一切悉断。”又如经云：“何人食用肉，先堕饿鬼众，后堕号叫狱。”



寂天菩萨在《学集论》中说声闻乘开许三净肉亦是不了义的抉择，因要引食肉者渐次入佛门故，并引《楞伽经》说明。萨迦班智达的《辨三戒论》云：“声闻可食三净肉，若彼净肉不食者，是乃提婆之禁行，大乘经论遮食肉。”藏地全知果仁巴在《辨三戒论释·善解佛意疏》中亦作如是宣说。

但是，有些寡闻无智的人，认为吃肉的全是外道，或因此而戒律不清净，这是一种偏见。难道佛陀在小乘经典中开许食用三净肉，于是这些经典也成了外道书籍吗？如今佛教信徒占人口 95%以上的泰国、不丹、斯里兰卡、缅甸等佛国的教徒们，不仅是居士食肉，出家人中也少见素食者，那这些国家的所有僧俗全是戒律不净者吗？若如是承许，则无异于坐井观天。

又有人认为，只有汉地显宗崇尚素食，藏地学密者则全是食肉的。其实不然，除食用三净肉者外，藏地还有相当一部分僧众与居士倡导并奉行素食。五明佛学院每当打斋供僧时，总要准备一大锅素饭，以方便藏汉两族吃素的僧众。在四川省红原县有一活佛，在他第一世时，发愿七世中不进肉食，现在是第二世，从小见肉就哭泣不已，至今已成年，戒肉茹素依然如故。

若有人想：“汉地《梵网经菩萨戒本》中说：‘夫食肉者，断大慈悲佛性种子，一切众生见而舍去。’食肉教徒对此经作何解释？”殊不知在藏地所传的两种菩萨戒，属于由龙树、无著二大菩萨所传的瑜伽部，均有别于汉地。龙树菩萨的甚深见派菩萨戒中有十八条重罪，八十轻罪；无著菩萨的广大行派中菩萨戒有四重罪，四十六轻罪。在其戒条中，虽未见开许处，但也未见遮破食肉。另外，《梵网经》中此不食肉戒列为四十八轻垢罪之一，非犯根本重罪，与“别请僧”、“不行救赎”、“懈怠不听法”等轻垢罪并列，此后三条均极易犯，并未见重视，独重视此不食肉戒，似亦非应理。若想：“食肉过患既堕恶趣，则应非轻罪耶？”答：这也不一定，因食肉过失虽堕地狱，然仍较易忏悔清净。又如《宣说轻重罪经》说：“比丘犯一白衣轻罪，亦需在复活地狱受八万年苦。”

依据措那·西绕桑波的《毗奈耶根本论·日光疏》所述，在末法时代，能保持根本戒不犯，即为戒律清净。法王如意宝的《教诲甘露明点》也云：“根本堕罪与自续，常非并存为净戒。”于食净肉者来说，别解脱戒未犯，菩萨戒中依《梵网经》也只犯轻垢罪，且此轻垢罪通过忏悔也即可清净。如汉地共称的清净比丘中，也



有午后食饭或懈怠不听法者。因此，无论守持何戒，应以戒体之轻重为主，不能仅看表面形象。如今见他人犯根本重罪，不觉有过，对犯轻罪者，却极为见怪，并立为破戒，如是判断，是否应理，尚请三思！

综上所述，戒肉茹素有无量的功德，食肉则有极大过患，但在藏地，佛教徒食用三清净肉于菩萨戒与别解脱戒均不为破，更不等同于杀生与外道的行为。所以，以藏汉为主的所有佛教徒，应该团结和合，互相尊重，不得诽谤，应知都为世尊所传下的清净教派，都有解脱道。广学实证的人，由此可证藏汉互通，显密不违，各派圆融。

吉庆佳日宜戒杀放生

放生有许多的功德，能使诸事呈祥。莲池大师云："戒杀之家，善神守护，灾横消除，寿算绵长，子孙贤孝，吉祥种种，难可俱陈。"杀生则广积怨业，并使宿世所累积的福寿逐渐消减毁灭，故每当逢年过节、庆贺生日，或喜庆婚礼、生意开业、宴请宾客等吉庆佳日，皆应广行放生，而不应于此时宰杀生灵、暴殄天物，广行杀业。

原本是喜庆吉日，亲朋好友欢聚一堂，逢年过节则希望来年五谷丰登、人事兴隆、诸事吉祥，为何反而于此时广杀生灵，埋种祸根？世人肆意宰杀生物，残忍成风，致使冤孽重重，天也不喜，故有水火饥馑以及刀兵，普庵祖师《戒杀文》云："三荒二旱，为人岂不思量？"

生日庆贺则希望父母以及自己福寿绵长、离苦得乐，正应当为己为父母放生持斋、增福延寿，为何反而于此时顿忘父母养育之恩，而杀害生灵，徒增罪业？上贻累于双亲，下不利于己，本欲求生，反倒伤生，本欲长命，反倒丧命。以前有一位大官的太太，她的生日来临时准备大宴宾客，买了大批的鸡鸭猪羊、鱼虾水产等。当杀鸡宰羊时，她的魂魄附在了这些被杀动物的身上，痛得她大声叫喊，在床上滚来滚去，比死还难受。这时候她突然觉悟到禽兽被杀时的痛苦和内心的怨恨，只是不会讲话、不会用言语表达而已。最后她改过自新，立誓今后一定要戒杀放生，不再屠杀禽兽以满足自己的享受。后来，这位夫人年享高寿，这都是因为她一念慈心改恶迁善的缘故。

婚庆之日，原本希望来日能够家庭和睦，得生贵子，为何反而与理相悖，于生儿育女之始而广行杀生，致使婚后多争斗烦恼，甚或关



杀破裂，其后所生之子也多凶煞疾病，或至夭折，试问其婚礼是否吉祥？慈寿禅师戒杀放生偈云：“世上多杀生，遂有刀兵劫，负命杀汝身，欠财焚汝宅，离散汝妻子，曾破他巢穴，报应各相当，洗耳听佛说。”

生意人则期望开业大吉，往后财源茂盛，为何反而于此时屠杀生灵，使怨声载于道，生财之日而广行灭杀之业，试想开业是吉抑或是凶？所为是得利抑或是失利？《楞伽经》中云：“为利杀众生，以财取诸肉，二俱是恶业，死堕叫唤狱。”古人云：“持斋一日，天下杀生无我分；债有谁知，披毛戴角古今还。”又《大智度论》云：“令不杀生，得何等利？答曰：得无所畏，安乐无怖。我以无害于彼故，彼亦无害于我，以是故无怖无畏。好杀之人，虽复位极人王，亦不自安，如持戒之人，单行独游无所畏难。复次好杀之人，有命之属皆不喜见，若不好杀，一切众生皆乐依附。复次持戒之人，命欲终时，其心安乐，无疑无悔。若生天上，若在人中，常得长寿，是为得道因缘，乃至得佛住寿无量。复次杀生之人，今世后世受种种身心苦痛，不杀之人无此众难，是为大利。”

同样，超度亡灵、丧礼或消灾免难皆应戒杀放生以祈福，而不应背道而驰，徒增亡人之

业障。《地藏经》云：“阎浮提众生，命终之后，慎勿杀害及造恶缘，拜祭鬼神，求诸魍魉。何以故？尔所杀害乃至拜祭，无纤毫之力利益亡人，但结罪缘，转增深重。假使来世或现在生，得获圣分生人天中，缘是临终被诸眷属造是恶因，亦令是命终人殃累对辩，晚生善处。何况临命终人，在生未曾有少善根，各据本业自受恶趣，何忍眷属更为增业？譬如有人从远地来，绝粮三日，所负担物强过百斤，忽遇邻人更附少物，以是之故转复困重。”

如是祈祷上师住世也应广行戒杀放生，以增众生善业，消减恶业，以期感上师长久住世，广利群生！

放生增福延寿命

若想长寿，则应放生。《放生赞》云：“汝欲延生听我语，凡事惺惺须求己，汝欲延生须放生，此是循环真道理，他若死时你救他，你若死时天救你，延生生子无别方，戒杀放生而已矣。”又弥勒菩萨偈云：“劝君勤放生，终久得长寿，若发菩提心，大难天须救。”

佛经中说人天七德：“种姓高贵、形色端严、长寿、无病、缘分殊胜、财势富足和智慧广大。”其中长寿和无病的根本因即是放生，放生也是

其余五德之助缘。世亲论师说："释放遭杀众，如是赐生命，断除害有情，获得长寿命，护士医师者，施药不损众，即成无病者。"

有些病人，以前世或今生杀业报应，医生也无法治疗，若立即放生，便有痊愈者。以前杭州有一个打鸟为业的人，背上突然长疮，大夫无能为力。此时他自己知道是今生杀生果报，于是发誓不再杀生，并作放生，此后诊治便有了效力而逐渐痊愈了。在藏地也有很多被医生诊断为必定死亡的病人，若家人去放生、念经，就有逐渐恢复生命的希望。尤其是医生不能诊断的怪病，均是自己前世或今世杀害众生的业感现前，此时，唯有放生为好。

佛经云："虽有杀百人百马之罪，若放一众生，清净彼罪障。若放十三众生，净除万劫之罪障。若有众生尽寿命，为彼做放生，延长其寿命。若三日内必定死亡，即放十三众生，此人能延寿三年。若杀害已经放生过之众生，则有杀百人之过失。"

在清朝道光年间有一位太守，身患重病，正在生命垂危之际，他发誓愿：从今之后，饶益一切有情，忏悔自己的业障，舍弃一切世间俗事。当夜，观世音菩萨示现在梦中对他说："你昔日杀业重，今得短命报，幸好此时，能发坚

固誓愿，唯有放生可以延寿，且可增福禄。"他醒后大有感悟，于是全家戒杀，常常放生，其病体终于痊愈了。确实，放生者可现见其延寿，最近藏地炉霍县有一位牧民，多年患疾，十分痛苦，去过很多医院皆无效益。后来有一位僧人打卦说她前世杀生极多，若不放生，则短命多病。此后她发心放生，便成无病无苦，如今她特别相信因果，每年皆捐款放生。

若遭遇严重疾病而接近死亡寿尽之时，只有放生，才能延寿无病。从前苏州有一位王大林，他具有大慈大悲心，常常放生，每当看见村中的小孩们捕捉玩弄鱼鸟等动物时，他就极力劝止，并给钱以放生。他平时劝人说："少年时，必须培养爱惜仁慈物命的美德，不可令他养成残忍好杀的坏习气。"他如是于一生中劝人行善断恶，后来得重病将死时，于自己觉知的境界中圣尊告曰："你平生放生，有极大功德，将可增福延寿三十六年。"因而得以复活，97岁时无病善逝。

同样，近有一位叫果才的藏族人，很多空行母等具神通者说他只能活 31 岁，若能放生诵咒，尚可延寿，他立即放生甚多，每年放生护生，今已 50 岁。还有相同的事例：从前有一位屈师，到市镇去买一条赤色鲤鱼放生，后来屈

师生病时梦见龙王，邀请他到龙宫，并对他说：“先生本来寿命已尽，因救龙子一命，增延福寿十二年。”他救鲤鱼时48岁，后来活到60岁。所以，欲想延年益寿者，应当发心放生，才能增福长寿。

在佛教徒中，深信因果十分重要，感应也是非常的奇妙，目前有很多出名医师亦依放生而治病。四川遂宁市有一位医生，她在海内外影响极大，她家里挂满了省市中央及国外经其治疗而痊愈的病人所敬献的锦旗，以感谢表彰其医术高明。现在她已是成千上万人的救命恩人，我问过经她治愈的那些人，他们都说，经医疗无效时，这位医生就劝我们放生、念经等，遵照嘱咐，广行放生等善行后，身体就痊愈了。当我听到此语时，对佛语更加生起定解。所以，放生也是一种特异功能的治病方法。

相反，杀生则是短命多病的唯一直接之因，本来能活久时的人，若喜欢杀生，则成短命。藏地阿阇黎阿旺扎巴云：“若行救命放生者，短命亦成延寿命，若杀鱼蛇等含生，长寿者亦成短命。”自古以来，放生转短命为长寿者，不胜枚举。

我们若能时时以慈心推及物类，自己做到戒杀放生，又广劝他人戒杀放生，则一切事必

能吉祥如意，正如《太上感应篇》所说的“天道佑之，福禄随之”。全知华智仁波切亦云：“恒时行善放生者，护法地神常佑彼。”《护生的故事》云：“如影随形，古今善恶报应，昭昭分明，感应事迹，历历在目，尚有何疑？”

放生得利无边

一切有漏善法中，无有能比放生之功德大。凡其他善业，若自心不净，就无有功德，但放生时，无论其心净或不净，其事皆是直接对众生有利，因此有不可思议的善果，哪怕是放一条生命的功德也无法衡量。因为这些所放的众生，暂时已经解脱难忍的遭杀痛苦，再加上放生时念佛号、心咒来加持后，究竟彼等众生也获得不退果位。如《不退轮经》云：“凡闻本师释迦牟尼佛名号者，皆得不退果。旁生闻佛号，亦播下无上菩提之种子，此后得果。”其余佛经云：“闻佛名或见佛像，生无量德，将得解脱。”《文殊根本续》云：“称诵善逝之密咒，如是诸咒具实义，师言：若以侧眼视密咒，如来亦能摄受彼。”《释迦佛传》云：“曾有一大鳖鱼，欲食众多商人，其中商主念佛名号，闻此佛号之功德，鳖鱼转成人身，在释尊教下已得罗汉果。”故在放生时，切莫忘记念佛号！

我认为放生就是度化众生，大菩萨度化众生也是暂时令众生离苦得乐，享受人天福报，究竟解脱生死轮回，放生也同样具备此功德。因此无论出家人或在家居士，凡喜欢放生的人，真是大菩萨，我们应当时时随喜和学习他们的无上行为。比如我们学院里的某位大堪布，他生来喜欢放生，别人对他供养的钱全用为放生。

如今时逢末法，真正能利益有情的大德亦属罕见。一些具备钱财的大法师、大居士，建设工厂等，发心为国家造福，动辄上万上亿，或广为修建、装饰庙宇，而内却无甚僧众闻思修行，或塑造外观既不合佛经要求规范，内又无装藏的佛像等。这些虽是一种善事，但若能将此钱财用于放生，直接度化无量的众生，岂非更具有无边的功德！

龙树菩萨在《大智度论》中云："诸余罪中，杀罪最重；诸功德中，不杀第一。"藏地的根桑曲扎大师云："应断杀生，救护放生，于一切身语之善法中，放生功德最大。"《地藏十轮经》云："设使能戒诸杀生，诸众恭敬成无上，恒时无病延寿命，安乐畅适无损害，一切生生世世处，深信如来之行境，现见佛法及僧众，速得无上菩提果。"

藏地著名空行母根桑曲珍游行中阴教言

《深道总集空行耳传深义莲花心滴》云："一切高贵卑贱众，今生来世安乐法，无此放生更殊胜，转绕赡洲之功德，等同放生一牛犊，念诵七亿观音咒，等同放生一小牛，吾至阎罗境见此，今莫忘失空行语，励力放生牛犊等，乃有无量功德也。"根据《俱舍论》说，所放众生躯体愈大，其功德也越大；宰杀愈粗大之有情，其过患亦更大。因为身体大者，有粗相之苦乐感受。

印光大师总结了放生的十大功德：无刀兵劫、集诸吉祥、长寿健康、多子宜男、诸佛欢喜、物类感恩、无诸灾难、得生天上、消灭恶业及四季安宁、生生不息善心相感。

古往今来，有众多高僧明君致力于放生事业：昔日智者大师，买临海四百多里海滩，作放生池；唐肃宗命天下各州建立放生池，颜鲁公作放生碑文；宋真宗也命天下建立放生池，并把整个西湖划为放生之用；明朝莲池大师建多处放生池，并作《戒杀放生文》流传至今。

建放生池，立放生碑，或以著文立说等方式劝人放生，随喜赞叹他人的放生功德，捐资或出力助成他人放生善举，建立放生功德会或动物保护委员会等慈善机构，为放生积集顺缘，这些虽不是直接放生，但其功德与自己亲自放

生等同。相反，善众捐献用于放生的钱财，则千万不能自己使用，或作请客吃饭及旅费等开销，因为这些钱财已变成了众生的生命，挪作他用与杀生过失等同。此外，阻止他人放生，或为其制造违缘，也等同于杀生。根据《俱舍论》，对造善、作恶随喜，得同样果报。

凡放生者，都得四果功德。放生的异熟果：解脱三恶趣痛苦，其下等发心，放生量少，能转于人道；中等发心，放生量亦为中品，能转于欲界天；若上等发心，放生数量极多，则转生色界无色界，渐次脱离轮回苦海。放生的等流果分二：一感受等流果，将来生生世世转为长寿无病者；二同行等流果，未来得人身时，喜欢断杀放生，具足慈悲善心，行持殊胜菩萨道。放生的增上果：放生者将来不转生于深渊险地，转生之境，全是乐意美境，具有饮食花果等。放生的士用果：一切生世中，增上所放生之善德。

放生能得解脱往生

若能放生，从金刚地狱中也能得解脱。在《大藏经》中有一公案："曾于印度，有一外道名为赤建，欢喜食肉饮血，杀生上万。以此果

报，死后径堕十八地狱，后生金刚地狱，每刹那中感受百死百活，受无边痛苦。尔时，阿难观见其不净众生之苦，白佛陀而言此事。佛告阿难：此人在世喜食肉血，现即受杀生之报。复次阿难乞求阎罗法王言：于此人有何解脱之方便？法王答言：若欲此人从恶趣中得解脱，于此世间，当做大量放生。次后此人因阿难为之广做放生，即从金刚地狱中解脱。"

从前舍卫城有一富贵人家，生了一个具各种相好的儿子。一天在河边因高兴而互相争抱此子时，突然失手掉入河中，遭一大鱼所吞，在河下游的一户无子女的人家网到了这条大鱼，打开鱼腹时，见有一活生生的小孩，遂高兴抱起，将其养大，长大后出家，证得阿罗汉果。众弟子问释迦牟尼佛，何以此小孩掉入河中不死？佛说往昔毗婆尸佛讲述断杀放生的功德时，有一施主立誓戒杀放生。此施主因而在生生世世中感得身色端严，即使落入巨鱼口中也能安然脱身，并在今生证得阿罗汉果。

以前有一施主经常供养一塔，名观音塔。施主无子，一日在塔下立誓，如不赐给我儿子，则将摧毁此塔。塔里的神人非常害怕，但又无法使其生子，便往帝释天那里请求，帝释天乃派一将死的天人投胎。此天人因欲往人间出家，

不愿转生到这位施主家，帝释天答应如投胎后父母不让其出家，则尽力相助。于是这天人便投胎到施主家，长大后父母果然不许其出家。这天人转生的小孩想，得此宝贵人身若不能出家，则无甚意义，便想自杀。但跳河时，河水倒流，跳崖时，亦不能死。当时国王的法律很严厉，便又故意做强盗，使己被捕，但执刑时射出的弓箭，都一一返回。国王很吃惊，向其道歉。后在国王的帮助下，家人终于准许他出家，不久证得阿罗汉果。佛陀告诉众弟子此人的前世因缘：以前他曾救过一个行将被杀的人，因而在五百世中不受畏惧，地水火风不能加害，并在今生证得阿罗汉果。

放生是无畏布施。如云："无畏布施即放生。"《念住经》云："一切律仪中，生善趣之胜因，即是施命戒。"《放生功德论》云："若欲善趣之乐，放生能得人天福；若求自得寂灭，放生即得声闻果；若以菩提心摄，放生则为成佛因；若盼上师住世，放生即满如是愿；若欲自己长寿，放生乃为最胜法，此具无比之功德。"

放生也是往生净土的主因。《寿无量光功德庄严经》说十种往生因，此十种因虽有不同解释法，但放生及劝人放生多被解释是其中二种因。又据《中阴教言论》：今生放生，到中阴时，

其所放之众生会来到面前为你引接指路，而往生自己所欲的净土；若杀生，则其所杀之众生，彼时会显现极为愤恨，而致使自己被强力引入地狱中。

经常放生的人，能立即往生极乐世界。如藏地乔美仁波切终生劝请他人放生，圆寂时直生西方极乐刹土。汉地宋朝永明大师，平常买鱼虾等精进放生，后来以此功德力往生极乐世界，证得上品上生。此类故事为许多史料所记载。

结　语

关于放生的功德与杀生的过失，在浩如烟海的佛经论典中，尚有甚多的教言及公案，其理论论述也不可穷尽。本文所及只是大海中的一滴，限于篇幅，不再赘述。藉此，具智之人定会举一反三，明知得失，慎重取舍，而遵照圣者法王晋美彭措金刚上师所极力倡导的那样，广行放生事业，利益群生。

科技外物高潮时　内心烦恼亦增盛
悲心减灭增残杀　见此世界真悲伤

吾等大师释迦尊　利众舍身难穷计
吾等弟子应沉思　以何行为作追随



一切证悟深境界 皆依大悲及信心
若无此因仅精进 如同空中觅鲜花

一切有漏善法中 戒杀放生最殊胜
我此再三作祈祷 劝请行此胜妙道

此善为主三世善 回向遍空三界众
愿彼暂得人天福 究竟往生极乐刹

此文若有利众义 上师空行诸护法
恒时守护此妙法 愿将周遍赡部洲

此《放生功德甘露妙雨》，是由汉地虔诚信众劝请，索达吉于法务繁忙中，依印藏汉甚深经论造于五明佛学院南方摩尼宝洲。善也！

丁丑年藏历四月三十日
公元一九九七年六月五日



神变月放生缘起

十方善信大德：

为了很多的众生从被杀痛苦中获得安乐，学院劝各位善信于神变月（藏历元月一日至元月三十日）精进放生。因为据佛经记载，神变月时不论是造作善业或恶业，其功德或过失都会增为十万倍。在新世纪开始的第一个新春佳节之时，为了世界和平（不要像刚过去的一个世纪那样，人类历史上发生过两次世界大战，人们仿佛做了一场噩梦），为了你我等生活更加吉祥快乐，诚劝各位善信多多举行放生活动（不论何种方式、数量多少），同时希望尽力劝自己的亲人眷属、同事朋友等共沾法喜。

若自己无有太大能力，那么劝别人多放生或赞叹随喜别人放生，也会有无量的功德。根据《俱舍论》等佛教宝典所说，放生者与劝放生者、赞叹者、随喜者，都会得到无量的功德。而且学院将对所有放生活动作集体回向，这样会使每一位放生者同等得到所有这段时间内放生的功德。

今年我院“十万持明大法会”将于藏历一月一日至一月十五日举行，为期十五天。各位若在此良辰佳日内放生，就算没有亲自来学院

参加法会，那也同样会获得法会所有功德。

机不可失，失不再来。各位善信，在这十五天当中，无论如何，请一定要精进尽力放生！

注意事项：不论是放生鸟类、鱼类或其他生命，凡在各位自己方便之处尽力放生即可。并希望各位能把放生数量及时通过电报转告我院，当然通过写信寄来也可，以便学院作统一回向。

色达喇荣五明佛学院
二000年一月一日



再谈放生

思考题

1、你放过生吗？为什么要放生？请举例说明，历代大德对此持何观点？你自己又有什么体会？

2、除了佛教以外，其他宗教徒和世间仁爱之士，对放生这一善举怎么看待？他们有哪些不足之处？

3、放生的过程中，务必要注意哪些问题？你以前是怎么做的？你周围若有人不懂这些道理，你打算怎么帮助他？

4、通过学习这节课，你最大的收获是什么？

顶礼本师释迦牟尼佛！
顶礼文殊智慧勇识！
顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法　百千万劫难遭遇
我今见闻得受持　愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

今天再谈一谈“放生”。放生对每个佛教徒

而言都比较熟悉，多年以来，许多中心、寺院以及个人，都通过不同方式参与过这一善举。那为什么要再次讲呢？因为我最近发现菩提学会为主的各地放生比较多，但里面有很多不太如法的现象，故想给大家提一些希望。既然放生具有无上功德，就该如理如法地去行持，否则可能会造成不良后果。因此，今天利用这个时间，跟大家简单交流一下放生的有关知识。

倡导放生之缘起

对我来讲，放生是一生中最欢喜、最有意乐去做的事情。每次只要一放生，想到能挽救大量众生的生命，无论是自己身体上、精神上、生活上有什么困难，都会尽量地克服，任何饥饿寒冷都不足挂齿。

我们放生最早是在 1991 年，那时候在藏地就开始放牦牛、羊，在汉地放泥鳅、鱼、鸟等。之所以有这种概念，是因为 1987 年前往五台山的途中，看见菜市场上凄惨的杀生场面，部分出家人就发愿一起放生。但由于当时对汉地的环境不熟悉，现在看来，放生许多方面不太成熟。后来到了 1991 年，很多地方举行放生才算是比较不错。在藏地，我们每年都放很多牦牛；到了汉地各个城市，倘若因缘具足，首先会给

有缘者传授一些佛法，其次就是发动他们放生，一直以来皆是如此。

不过，真正在全国各地倡导大规模放生，则是起源于法王如意宝的一个梦：1997 年四月初八，法王做了一个梦，与以往光明梦境不同的是，这次与一般人的梦境极为相似。在梦中，法王到了一个陌生的地方，看到根本上师托嘎如意宝端坐在法座上，为成千上万的僧众传法，身相极其庄严，音容笑貌与 42 年前未圆寂时一模一样。法王无比欢喜，心想："这几天学院全体僧众共修了大威德法，以摧毁佛教、学院所遭受的人与非人之违缘。然而，我们虽有降伏的能力，却没有超度的能力，这对众生到底有利还是有害，心中未免有些疑虑，现在正好趁机向上师请教。"

法王呈白了心中的疑问，托嘎如意宝以和蔼的语气说："你们此次修法极为殊胜，不管能否使魔众解脱，凡是念诵降伏仪轨，以等持、咒语、手印、清净发心等印持进行降伏，功德都是不可思议，对众生有很大的利益，真正是作了一次大放生。"随后，根本上师又讲述了放生的种种功德。

法王知道放生能令上师欢喜，因而很高兴，就跟上师说："我前年从新加坡回来后，至少已



在汉地放了一亿个生命。”

托嘎如意宝听后双手合掌，连连赞叹：“善男子、善男子，你真正是末法时代的如意宝，你真正是末法时代的红太阳！”如此说了三遍。又以金刚歌的方式赐予四句教言：“深寂离戏光明无为法，证悟犹如甘露法性义，随顺所化善巧方便行，愿得度化无边众生力。”

之后，托嘎如意宝赐给法王一尊大威德像，并将法王唤至近前，给予碰头加持。法王悲喜交集，正如根本上师在圆寂前一天，也曾给他碰头加持的感觉一样。梦就在这个时候醒了，表上的时针正好指到凌晨 5 点钟。清晨，法王在房中发现了从未有过的一尊大威德像，只是梦境中的双身像变成了单身像，一面二臂成了三面六臂，颜色也已不同。

以此为缘，法王开示：在末法时代，放生是诸善事中能令诸佛菩萨、根本上师欢喜的唯一因，并劝请汉地各金刚法会、寺院、居士林等佛教团体，及出家、在家等各位信士，广行放生。从此，在法王的大力倡导下，全国各地开展了轰轰烈烈的放生活动，成果喜人。包括我们学院的大堪布、大活佛，也纷纷前往汉地或藏地各地放生。哪怕是学院一个普通僧人或居士，到了城市里，也在力所能及的范围内，

投入到救护生命的行列中去……

在五浊横流的当今时代，上师如意宝有如此威力和感召力，真是非常不可思议。从那个时候起，我就在内心中默默发愿：有生之年，哪怕能救护一条生命，自己也要全力以赴。为了勉励自他共襄善举，1997 年 6 月我撰写了《放生功德甘露妙雨》一文，围绕着“杀生报应”、“圣者亦受杀生之报”、“忏悔杀业”、“大悲为要”、“肉食与素食”、“放生得利无边”、“放生能得解脱往生”等角度，阐述了戒杀放生的利益和功德。同时，还写了《最可贵的是什么？》、《劝友放生书》等文章，并编集了适用于放生的念诵仪轨。虽然我没有太大的能力，但在小范围中多多少少会起点作用，极少数众生通过这些书和方法，或许会有一些帮助。

放生之重要性

在座的许多道友，一直对放生极有兴趣；许多上师前往汉地时，也把放生当作首要大事来抓，这是特别值得随喜的。不过，后来的有些出家人、居士，可能不太清楚放生的功德、此举对今生来世的重要性，因而今天有必要作个简单介绍。

放生为什么非常重要呢？因为在这个世间



上，无论是人还是动物，都无比爱惜自己的生命，众生的生命都是平等的。然而现在这样的理念比较少，人与人之间可以有平等观，尤其是当今21世纪，只要是人，都有生存权、言论权，这是全球的一种共识。但人类最缺乏的是什么？就是动物也有生存权的理念，不知道动物也贪生怕死，只不过它们不会说话而已。

我们珍爱自己的生命，实际上动物也同样如此。这一点，藏汉两地的很多修行人，不仅口头上会说，而且也完全懂得这个道理。有修行境界、具有慈悲心的人，看到一个人被枪毙，会觉得实在难以忍受，同样，当他们见动物被杀害时，照样会生起难忍的悲心。憨山大师云："人既爱其寿，生物爱其命。放生合天心，放生顺佛令。"不仅佛教徒明白这个道理，即便是世间仁爱之士，也不赞成杀生吃肉的野蛮行为。如印度素食主义者甘地，在有关素食、反对暴力的演讲里，始终强调众生都有生存权，动物的生命和人类的生命一样珍贵。

有关放生护生之法，在佛经中记载颇多，最早是出自于《金光明经》：往昔佛为流水长者子时，见池水枯涸，成千上万条鱼被曝晒将死。于是他向国王借了二十头大象，用皮囊盛水，倾泻池中，救活了这些鱼。后又施予食物，持

念宝髻佛的名号（另说宝胜佛），诸鱼闻后，皆转生于忉利天。此外，《杂宝藏经》中也记载：一沙弥原本只有七天寿命，返家途中见池塘缺口，无数蚂蚁将被淹死，遂心生慈悲，用袈裟盛土堵住缺口，救了所有的蚂蚁。以此因缘，沙弥转夭为寿，得延命之果报。《药师经》云："放生修福，令度苦厄，不遭众难。"故有些人遭受痛苦违缘时，若能行持放生之法，则可消灾解厄、遇难成祥。即便是一些病重不治的患者，若经常劝其放生，不知不觉也会出现很多奇迹。

所以，在一切无为法中，观修空性的功德不可思议；而一切有为法中，放生的功德无与伦比，杀生的过患罄竹难书。我常引用龙猛菩萨《大智度论》的教证："诸余罪中，杀罪最重；诸功德中，不杀第一。"以前我看一本书中说是"放生第一"，但后来查了《大智度论》原文，应该是"不杀第一"。"不杀"与"放生"在轻重上，还是有一点差别。《极乐愿文大疏》也说，光是不杀虽说有一定功德，但若能不但不杀，反而还力行放生，维护众生的生命，即生中自然而然会获得各种安乐。

我们作为佛教徒，日常生活中经常要举行一些庆祝活动，如逢年过节、结婚生子、开业剪彩等，此时若能行持放生，则是最好不过的。



很多居士常问："我家今年某某人结婚，请上师加持，您说到时最重要的事是什么？"我往往回答："是放生。如果能放生，以此殊胜因缘，将来必定家庭和合、幸福美满；反之，倘若为了庆祝而杀害无量众生，餐桌上摆满了鲜活的生命，以此所造的弥天大罪，未来势必不会有好结果。"

在古代，藏地每家一年最多杀一两头牦牛，即便是这样，许多人也特别害怕因果，拼命地念经忏悔。而现在的城市里，人们吃吃喝喝的全都与众生的生命息息相关，特别可怕！因此，我们作为佛教徒，除了放生以外，饮食还要以素食为主。退一步说，即使实在不能吃素，至少也要做到不点活物，尽量过一种简单的生活。

前段时间，我看了爱因斯坦的一本书，名叫《我的信仰》，他在里面就说："我相信，简单淳朴的生活，无论在身体上还是在精神上，对每个人都是有益的。"我后来思维了一下，的确是这样，一个人生活越简单就越快乐，而越复杂就越要付出很多代价。比如你吃一顿特别丰盛的大餐，不仅要付出许多金钱，更要牺牲许多众生的无辜生命，自己无数世也偿还不清。有些出家人和居士总抱怨："我不愿意念金刚萨埵心咒。"其实你们想一想，你从小到大吃过多

少众生？光是这一点，现在日日夜夜都值得忏悔，否则，你在临死的时候，这些众生怎么会不来索命讨债呢？

这个世间上，最宝贵的莫过于生命，若为自己一时的口腹之欲而杀生，则是最残忍的事情。莲池大师也说："世间至重者生命，天下最惨者杀伤。"又云："放生非独佛教，儒中君子无不奉行。"戒杀放生这一理念，不单单是佛教奉行，儒教为主的很多宗教也极力提倡。当然，我们以前也分析过，他们主要是维护人类的生命，范围并未扩展至一切众生。所以，大家要清楚佛教慈悲观的广大性和殊胜性，在此基础上，应对所有众生平等相待、平等维护，这样到了一定时候，哪怕看见一个小含生受到生命威胁，自己也会尽心尽力去帮助它、救护它。

当今世界，一些弱势群体受到打击，政府会想方设法施以援手，而我们身边千千万万的动物每天遭到残杀，许多所谓的慈悲人士却不闻不问、不理不睬。所以有时候看来，人类的行为真的有点可怕。为什么现在今天出现传染病，明天出现地震，后天出现雪灾，各种天灾人祸此起彼伏？其实也跟人类的肆意杀生有关。假如这种血腥行为继续蔓延，势必会激起天怒人怨，大自然对人类将进行报复，从而使

人类的生存空间越来越狭窄。

但遗憾的是，现在大城市里的很多人，根本没有慈悲观，为了维护自己的利益，杀害无数众生也面不改色，觉得理所当然。为改变这种恶劣的现象，我们一定要提倡放生，即使没有太大能力，每年放生一两次也可以。

志公禅师讲过："放生功德，不可限量。"并引用佛经的教证，广泛说明了其中义理[1]。寒山亦云："一念慈悲，救一物命，是一念观世音也。日日放生则慈悲日日增长，久久不息则念念流入观世音大慈悲海矣。"可见，放生之举非小善所能相比。

因此，我们学院有很多大德，毕生都致力于放生。例如慈诚罗珠堪布，每年抽出一百天在汉地放生，十几年来从未间断。那天我问他今年放了多少，他说大概有3000多只羊、1000多头牛，还有4000多万条生命，确实令人赞叹不已。

就我而言，以前也想每年拿出一个月放生，然由于种种原因，根本抽不出那么长的时间。但不管怎样，每年秋天的时候，我还是会尽量

[1] "经云：蠢动含灵，皆有佛性，只因迷妄因缘，遂使升沉各别，以渠生死轮回互为六亲眷属，改头换面不复相识。若能发喜舍心，起慈悲念，赎命放生者，现世保病延生，未来当证菩提。"

出去放生。今年已经放了1000多只牦牛和羊，以后只要有一口气、有一点能力，在舍弃这个躯体之前，我很想做的就是放生。

现如今，在汉地很多大菩萨的支持下，放生具足各方面的顺缘和方便，因此，希望学会为主的十方信众，也能积极投身于这一善行。试想，假如你是屠夫刀下的一头牛，马上面临着被宰杀的命运，此时有人把你从刀下救出，重新放回大自然中，你心中会作何感想？或者，你是一个被判死刑的囚犯，在执行枪决的当下，有人想方设法把你救走，你心情会如何欢快？对他又是如何感恩？相信答案不言而喻。

有时候我去放生时，看到鱼儿、泥鳅自由自在地游在水中，小鸟迫不及待地冲向蓝天，心情真的极其舒畅。虽然我的身体不能飞，但是心似乎也跟着小鸟在空中快乐翱翔，那种感觉非常美妙。所以，放生是一件很快乐的事。以后因缘具足时，希望大家办一些大型放生，时间也尽量长一点。但若实在没有这个条件，买一条生命放也可以。

我以前有个熟悉的学生，他读初中、高中、大学时，每次一有零花钱，就到市场买些鱼放生，这种行为坚持了好多年，也感动了很多老师和同学。由于他的善心善行，周围的因缘非

常殊胜，去年考到美国去了。前不久听说，他在那边读书时，在基督教等其他宗教的群体中，仍尽量地作放生。

其实，有时候不一定你非要是个高僧大德，有特别大的能力，只要相续中有一颗善心，随时都可以发挥应有的作用。就像一盏小小的灯，尽管不如大灯那样光芒万丈，但也有驱除黑暗的一分能力。因此，不管你是什么样的人，都应该对放生加以重视。

我经常想，世间上除了生命以外，再没有比这更珍贵的了。有些人说佛法最珍贵，虽从意义上讲的确如此，可是作为凡夫人，到了紧要关头时，也许选择的还是自己的生命。因此，每个人都要尊重生命、关爱生命，动物也有它生存的权力，我们哪怕能帮助一个众生，也应该竭尽全力、倾尽所有。

在座的四众道友，多年来对放生、慈善等，不遗余力地支持帮助，对此我表示由衷的感谢。我们共同做善事，目的就是想让众生得利，并不是一味地为了自己健康。当然，放生的功德不可思议，今生可令寿命延长、身体强健、事业成功、家庭平安，来世能清净罪障、往生净土、现见如来等，这也是不争的事实，但我们注重的不仅仅是这些，而是众生的生命。

众生的生命高于一切，若能保护它免于被杀，果报确实极为超胜；反之，假如故意去杀害一个众生，这种罪业也不容易清净。有时候我生病时，好多人劝我去看病，我总是想：“这是不是前世的杀业所致？若是如此，即生做一点简单的善事肯定不行。我把别人杀了，就该用我的命来赔偿，若只是给他几块钱、做个小小的善事，就想化解这一切，不要说他本人，连他的亲属恐怕也不会答应。”因此，大家一定要发愿：生生世世切莫转生为杀生者。

其实，我们出了家以后，即使修行各方面很差劲，但起码不会造下杀生的恶业。不然，倘若自己没出家，在社会上与各界人士交往时，杀生必然在所难免，就算不是你亲自去杀，间接为你而杀的也有无量无边，这些罪业注定都会落到你的头上，故对此务必要注意！

当前存在的问题

现在全国各地很多上师劝大家放生，很多弟子也在放，原以为大家放得比较不错，但经过多方面观察，不少人的行为一点都不如法。因此，通过这次交流，希望你们以后放生时，必须要如理如实做到以下几点：

（一）所放的众生要在三宝加持下释放。



我在仪轨中也提过，放生之前，要用《闻解脱》、《系解脱》、《般若经》、《心经》、《金刚经》，或者佛像、转经轮等三宝所依，加持所放的动物。像牦牛、大鸟等躯体大的，必须要接触它的头；泥鳅、小鱼、麻雀等躯体小的，则应在筐子上方晃一晃。总之，每个众生都要获得三宝的加持。

（二）要让所放的众生喝到甘露。甘露丸一定要来源清净，若是破誓言者、密乘戒不清净者手中传来的，不但没有加持，反因晦气而对众生有极大损害，所以最好是高僧大德赐予的观音丸、解脱丸、放生丸等。将这些甘露丸泡在水中，如果是鱼类，则倒在桶里；如果是鸟类，则洒在它们身上，或想办法让它们喝到。密续中经常有见解脱、触解脱、尝解脱，这即是所谓的“尝解脱”——品尝之后得解脱。我以前每次放牦牛时，有些牦牛特别厉害、很难接近，但也要想尽办法、花很长时间逮住它，张开它的嘴，把甘露倒进去，这样品尝后才能得解脱。

（三）要在所放众生的耳边念经。所念的内容，最好是《放生功德文》中药师七佛、八大菩萨的名号，缘起咒，及《普贤行愿品》等。现在很多放生仪轨，虽不敢说完全不如法，但



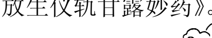
有些是为宣扬个人而造，对众生有没有大利益很难说。所以，希望菩提学会的道友们，以集体性、组织性放生时，一定要念我们的仪轨[2]。并不是说我的如法、别人的就不如法，不是这个意思。我曾对比过很多仪轨，假如别的仪轨可以，我也没必要再编集，但通过详细观察，为了对所放的众生负责，我们才融合显密的放生精要，汇集了这一套完整的仪轨。

现在很多人放生时，行为千奇百怪、莫名其妙。我见过很多放生的场面，有些人该念的佛号不念，只是在所放众生的旁边点香、转绕，拿一些黄布开始飘，甚至还在一旁唱歌，美其名曰：为令所放的众生心生欢喜。所以各个地方有不同的习俗，而这些习俗中，有些完全是民间做法，跟佛教没有任何瓜葛。若是这样，我们花那么多钱把众生放了，但它到底能不能获得解脱也不好说。

包括有些寺院的出家人，放生仪式恐怕也值得观察。我并不是说全部不如法，但个别地方还是存在一些问题。因此，希望大家以后放生时，行为一定要如理如实。

（四）动作要轻柔。有些居士放生时，把鱼在空中随便乱扔，一点悲心也没有，这样肯

[2] 即《放生仪轨甘露妙药》。



定不行。按照《俱舍论释》的观点，若让众生内心产生极大恐慌，来世自己会变成精神癫狂者或疯子。所以，这些方面应该注意。

（五）发心要清净。大家放生时要像放生，不要只是过个形式，要么以放生为借口化缘，要么找这样那样的人，这都没有必要。当然，放生时每个人的发心不同，有些是为了健康无病，有些是为了漂亮，有些纯粹是出于好奇。原来四川有些人说要去放生，我问他们为什么去，回答是：“听说龙泉湖很好玩，回来时可在农家乐那边休息，特别舒服！”以这种心态放生，没有什么意义。应该发起利益众生的大悲心，一心一意想帮助众生，如此参与放生、念诸佛菩萨名号，才有真正的实义。

（六）放生最好是亲力亲为。有些人认为：“我捐点钱放生就可以，不一定要亲自去。”这是一种懒惰的借口。实际上你若亲自去放，和大家一起共诵仪轨，亲手把众生放回大自然，功德肯定比你捐钱随喜要大得多。随喜虽说也有功德，但按照《俱舍论》和《毗奈耶经》的观点，亲自去做的善根更殊胜。因此，各方面因缘具足时，放生最好是亲自去。

（七）放生时要注意环保。有些人放生从不考虑对周围的影响，比如把毒蛇放在人烟密

集的地方，让当地人苦不堪言，而且引起很多麻烦。因为现在不像古代，人烟稀少之处几乎没有，所以很多情况都要考虑。曾有一则新闻报道，有一群放生的人，在农村放了千余条蛇，每到中午、晚上，蛇就会往村民家里爬，许多鸡被咬死了，人们晚上睡都不敢睡，甚至有的老太太被吓哭了。当然，有人说毒蛇不能放，因为它是害人的。这种说法也不对，毕竟它是一条生命，只不过以嗔心而转生，故也值得我们维护。

（八）放生应选择地点，观察所放众生在什么环境中可以存活。譬如，水生动物有很多种，有些是淡水里的，有些是海水里的，如果你一看见是鱼，就随随便便倒到海里，也许它不能在那里生存，一下子都死掉了，统统漂在水面上，对环境也是一种污染。所以，在放生之前，首先要打听好这些动物适合什么环境，买的时候也一定要注意。

（九）不定期放生。很多人常在四月初八、六月初四等佛教纪念日，或每个月的初八、十五、三十号放生，这样的话，很容易被鱼贩子等人抓住规律。听说以前拉萨那一带，每个月的十五号、三十号，街上就会出现很多要被杀的动物，而且那一天的价钱特别高。虽然按理



来讲，佛陀的诞生日、成道日做善事功德很大，但如果牵涉到众生的生命，我们也不一定非要如此，否则，有些商家可能会趁机提价，特意去抓很多众生。

（十）遣除几种常见的误区：

1、有些人认为：“救出正在屠刀下的众生，这才叫真正的放生，故应该去市场上买动物。”这种想法虽然好，但在价钱上，肯定差别很大。如果你去批发市场，一斤泥鳅可能要15块钱（以前我们刚开始放生时，泥鳅是一斤3块钱左右），而若在市场上买，则要二十几块钱。虽说市场上的动物很可怜，你花高价也愿意，但那些鱼老板很坏，他把这一盆卖完后，又到批发市场去再拿一盆，回来继续宰杀。这样一来，我们的钱在中间就被浪费了，救不到很多众生的生命。

2、有些人放生没有经验，买时虽然过了秤，但送到放生地点的时候，根本不过秤。如此一来，有些市场老板特别狡猾，中途把鱼卸掉一部分又带回去，然后再把剩下的运去放生。结果到了那里时，如果真要过秤，可能连一半都没有。所以，没有经验的人，刚开始会遇到很多问题。假如你是长期放生，对这些更要注意；即便不是长期放生，跟市场上的人打交道，也要用智慧进行观察，看放生的结果怎么样？整

个过程中如何监督一些环节？不然的话，很多钱不知不觉就白白浪费掉了。

3、有些人认为：“放生钱不能直接给鱼老板，否则他有了钱之后，还会再买动物杀生。”这种说法不成立。因为那些鱼、泥鳅本来就是钱，即使鱼老板不卖给你，还可以卖给其他人，因此，过于计较这些可能没有必要。

4、如今藏地有些人说：“杀牦牛是应该的，以此可刺激经济发展，提高牧区的生活水平。”这种说法不合理。发展生产力不一定非要杀生，还可以有很多其他途径，如学知识、办工厂、制造工艺品等。杀生是造恶业的行为，即使能赚到钱，也是很卑鄙的一种产业。然而，现在很多人既不懂慈悲的理念，也不懂放生对大自然的和谐作用，一味地鼓吹“杀生致富论”，这是相当可悲的。

总之，现在有些人放生，从头到尾不太如法，急急忙忙把钱花光了，结果却没救到很多众生。即使救了一部分，也没有令其与解脱法结上善缘。因此，大家以后放生时，一定要注意这些问题。

现在有些道场和学会，两三年中一次放生也没有，这不太好。我到外面去的时候，像上海、汕头等地，有些居士是天天放生，真的很



了不起；也有些居士是每个星期都放生，或每个月都放生。这一点，我们不一定能做得到，但即便没有这种能力，每年放生一两次也应该没问题。前段时间我写了一封信，要求学会一年要放几次生，但真正能依教奉行的，恐怕没有。其实别的事情，我不需要你们依教奉行，但利益众生、弘扬佛法方面，倘若我提的建议有价值、有意义，希望大家还是要斟酌，尽量记在自己心里，这样对自他都有利！



放生仪轨甘露妙药

顶礼根本上师莲足！

把所放之众生置于一处，大众一起念诵：

一、皈依、发心（三遍）：

诸佛正法贤圣三宝尊，从今直至菩提永皈依。
我以所修施等诸资粮，为利有情故愿大觉成。

二、发四无量心（一遍）：

愿诸众生永具安乐及安乐因；
愿诸众生永离众苦及众苦因；
愿诸众生永具无苦之乐、我心怡悦；
愿诸众生远离贪嗔之心、住平等舍。

三、供养偈（一遍）**并观想将此众生供养诸佛菩萨**：

诸佛菩萨垂念我，乃至究竟菩提果，
此等众生作供养，祈以悲愍而纳受。

四、般若波罗蜜多心经（一遍）：

观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空，度一切苦厄。舍利子，色不异空，空不异色，色即是空，空即是色。受想行识，亦复如是。舍利子，是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减，



是故空中无色，无受想行识，无眼耳鼻舌身意，无色声香味触法，无眼界，乃至无意识界，无无明，亦无无明尽，乃至无老死，亦无老死尽，无苦集灭道，无智亦无得，以无所得故。菩提萨埵，依般若波罗蜜多故，心无挂碍。无挂碍故，无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃。三世诸佛，依般若波罗蜜多故，得阿耨多罗三藐三菩提。故知般若波罗蜜多，是大神咒，是大明咒，是无上咒，是无等等咒，能除一切苦，真实不虚。故说般若波罗蜜多咒，即说咒曰：揭谛揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提萨婆诃。

五、诵佛菩萨名号（各三遍或七遍）：

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉本师释迦牟尼佛

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉善名称吉祥王如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉宝月智严光音自在王如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉金色宝光妙行成就如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉无忧最胜吉祥如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉法海雷音如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉法海胜慧游戏神通如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉药师




琉璃光如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉西方极乐世界阿弥陀佛

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉宝髻佛

顶礼、供养、皈依文殊菩萨

顶礼、供养、皈依地藏王菩萨

顶礼、供养、皈依弥勒菩萨

顶礼、供养、皈依观世音菩萨

顶礼、供养、皈依除盖障菩萨

顶礼、供养、皈依金刚手菩萨

顶礼、供养、皈依普贤菩萨

顶礼、供养、皈依虚空藏菩萨

顶礼、供养、皈依十方三世一切佛，一切菩萨摩诃萨

六、诵咒（各十遍或一百零八遍）：

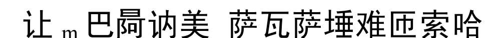
释迦牟尼佛咒：嗡牟尼牟尼玛哈牟尼耶索哈

金刚萨埵咒：嗡班匝儿萨埵吽

观世音菩萨咒：嗡嘛呢叭美吽舍

阿弥陀佛咒：嗡阿弥德瓦阿依斯德吽舍

不动佛咒：那莫爵那札雅雅 嗡刚嘎讷刚嘎讷 若匝讷若匝讷 卓札讷卓札讷 札萨讷札萨讷 札德哈那札德哈那 萨瓦嘎玛巴



让$_{m}$巴鬲讷美 萨瓦萨堙难匝索哈

长寿佛咒：嗡 那摩巴嘎瓦得 阿坝热么大 阿耶加那 色波那 则大得昨鬲杂呀 达它嘎达亚 阿哈得 萨亚桑波达亚 达亚它 嗡 本耶本耶 吗哈本耶 阿坝热 么达本耶 阿坝热 么大本耶 加那桑吧 若巴子得 嗡 萨瓦桑嘎鬲巴热西达 达玛得 嘎嘎那萨梦嘎得 桑巴瓦 波西得 吗哈那亚 巴热瓦锐索哈

往生咒：南无阿弥多婆夜 哆他伽多夜 哆地夜他 阿弥利都婆毗 阿弥利哆悉耽婆毗 阿弥利哆毗迦兰帝 阿弥利哆毗迦兰多 伽弥腻 伽伽那 枳多迦利娑婆诃

缘起咒（三遍）：嗡耶达$_{\text{日}}$玛黑德抓巴瓦 黑敦得堪达塔嘎多哈雅巴达 得堪匝友呢若达 诶旺巴德玛哈夏$_{\text{日}}$玛纳耶索哈

偈颂（三遍）：诸法从缘起，如来说是因，
彼法因缘尽，是大沙门说。

诸恶莫作，诸善奉行，
自净其意，是诸佛教。

七、回向文（一遍）：

此福愿获遍知果，摧毁一切过患敌，
救度众生皆摆脱，生老病死三有海。

若时间充裕，能念诵《普贤行愿品》中偈



颂部分[3]与《文殊大圆满基道果无别发愿文》，则最为殊胜。

注意事项：

① 时间：放生在每月初八、十五、二十五、三十或佛菩萨的纪念日较为殊胜，尤其在神变月（农历正月）的功德更大。但也可以不定期放生。

② 地点：宜在放生池，以及远离捕杀之水域、山林等，尽量使所放众生生存悦意且能长寿之地。

③ 类别：虫类、鱼类、飞禽、畜类等，所放众生之躯体越大，则所获之功德也越大。

④ 方式：动作轻柔，若有甘露丸、解脱丸等则预先化于水中，在放生前洒在所放动物上。用密宗《系解脱》在其上方加持，则更为殊胜。

⑤ 发心：应发利益众生之清净心，一心一意为其获得暂时之安乐及究竟之解脱而祈祷。

本来各种放生仪轨颇多，且各不相同。比如，汉地有些地方为其念香赞、水文、大悲咒、心经、往生咒、传皈依、诵佛号、心咒、回向等；美国等西方国家放生时，多数为皈依诵咒、

[3] 从“所有十方世界中，三世一切人师子”到“普愿沉溺诸众生，速往无量光佛刹”。






回向等简略仪轨；藏地有皈依后，在所放众生之顶上以酥油画月像，以供养诸佛菩萨，然后诵六度偈，以及长寿咒后回向。此仪轨为依高僧大德之窍诀而作，简单且又完整，适用于显宗密宗以及藏汉各族，且具无量加持。

以此善根，回向无边众生，并愿诸高僧大德长久住世，常转法轮！

丁丑年四月索达吉

作于五明佛学院南方摩尼宝洲







临终关怀文







为临终者献爱心

思考题

1、佛教的临终关怀和世间的临终关怀有何不同?

2、为什么临终时助念对亡人的解脱特别关键?

3、有些人说:“因为我不会修破瓦法,所以我没有去为亡人念经。”请分析这种说法。

4、如果你要立遗嘱,你打算怎样立?

顶礼本师释迦牟尼佛!
顶礼文殊智慧勇识!
顶礼传承大恩上师!

无上甚深微妙法　百千万劫难遭遇
我今见闻得受持　愿解如来真实义

为度化一切众生,请大家发无上殊胜的菩提心!

今天给大家讲的内容是临终关怀。临终关怀的范围比较广泛,既有世间的慈善人士对临终者的善行,也涉及到佛教的助念、超度等内容,这次我们主要围绕佛教来阐述这个问题。

现代临终关怀运动起源于西方。1967 年,





桑德斯博士在伦敦建立了世界上第一所临终关怀机构。此后，这项事业在全世界引起了普遍重视，现在全球有七十多个国家建立了临终关怀机构。中国的临终关怀事业也在开展中，从2001 年开始，香港李嘉诚每年捐资 2500 万元，在全国 15 个省市设立了 20 所临终关怀的服务机构。

临终关怀旨在对处于生命晚期的人提供最后的安慰和关怀，通过医护人员、社会工作者等专业人士的帮助，对临终者的身心做有限的调整，使他们以较小的痛苦度过生命的最后阶段。临终关怀也包含心灵的安慰，如国外的基督教就积极参与临终关怀事业，经常派牧师为临终者提供帮助，以便使他们顺利地往生天国。

虽然世间的临终关怀是一种善举，但站在佛教的高度来看，这些关怀只是暂时的，并不能从究竟上解决问题。只有通过佛法的方便，才能让人们暂时远离身心的痛苦，究竟往生清净刹土，获得出世间的圣果。因此，佛教的临终关怀才是最圆满的。

客观地说，现在全社会对临终者的关怀还不够，尤其对濒临死亡的老人更是不太关心。我们不能仅在口头上关怀临终者，更要在实际行动上关怀临终者。世间往往是这样：如果谁

家生了一个宝宝，全家人都欣喜若狂，好像降生了小天子一样；可是有些老人和长期卧床的病人临死时，却没有一个人去关心。

在很多人的心目中，临终者很快就要离开这个世界了，以后再也不用求他了，所以没必要为他做什么。即便为他做一些事情，也不过是出于传统习俗，随便应付一下就完了。实际上，这种态度是不合理的，古人说“事死者，如事生”，我们应该像对待活人那样对待死者，凡是该做的事都要努力做到。

这几年以来，我们一直倡导佛教徒要关心临终者，并以“爱心小组”的形式在各地建立了一批助念团和临终关怀小组，为临终者做了一系列实实在在的事情。很多人对我说，他们在做事情的过程中发现，在人们的身边有很多可怜的老人，有些即将死去，有些已经死去，这些老人非常需要关爱。作为一个大乘佛教徒，一定要关心这些可怜的老人，这有很多必要：一方面这些老人能得到安慰，另一方面这些老人及其家人感受到佛教徒的爱心后，也会对佛教产生好感和信心。

因此我想，今后不管在哪里遇到死人，大家都应该不分种族、地域，主动以佛法进行帮助。1986 年，我到阿坝州的一所寺院去安居，



在安居回来的路上，我看见一辆班车翻了，伤员被送往医院治疗，而死人就摆放在路边，周围连一个念经的人都没有。当时没有人请我，但我主动为亡人修破瓦法、念《普贤行愿品》。在《西藏生死书》里也有这样的事：一个人被车撞死了，有位路过的出家人马上为他念经超度。佛教的经咒不论从谁的口中念出来，对亡人都有利益，所以出家人和居士今后要主动为亡人念经超度。现在有些人念经超度是有条件的——如果别人祈请或者有供养才去做，否则就不去做。其实这是不对的，我们应该在大悲心的推动下，无条件地为亡人作法布施。

自从菩提学会建立以来，我一直有这样的想法：很多人能不能改变对亡人的态度？说实话，现在汉地的很多人，甚至包括一些佛教徒，为亡人做的事情远远不够。在我们藏地，对于如何为临终者念经，死后四十九天作哪些佛事，怎样处理亡人的尸体和骨灰，去世一周年后作什么佛事……在这些事情上特别讲究。从一方面看，这是藏族的一种传统，但从另一方面看，这也是一种不可缺少的佛教行为，对亡人有很大的利益。可是汉地的人们非常缺乏这种行为。

人死的时候，就像从酥油中抽出一根毛般独自离开，在那个时候，钱财、地位、受用都

没有用，唯有正法最有用，可是很多人却不重视以正法来利益亡者，我看到有些人家里人死后，一处理完尸体就没事了，好像家里的畜生死了一样。更有甚者，有些人不但不为亡者做善事，反而跟随一些民间的陋习为亡者杀鸡宰羊，不仅浪费财产，还造下了很多恶业。很多佛教徒都是如此，不信佛的人就更不要说了。看到、听到这些不如法的事情后，确实非常令人伤心。我希望大家以后要去除这些陋习，尽量让亡者的命运有所改善，否则有的人虽然来到了人间，也遇到了佛法，但在最关键的时刻却没有得到佛法的利益，这是很可惜的。

大家应该清楚，在短暂的几十年之后，每个人都不得不面对死亡。当死亡到来之际，自己辛勤积累的财产要留下，亲朋好友也要留下，此生的一切都要留下，纵然那时自己依依不舍，也将独自一人、两手空空地离去。有时候一想起死亡的悲惨情景，确实感到非常害怕。如果不想的话，每天迷迷糊糊、得过且过，好像也没有什么，可是一想到死亡的那一幕，再想想自己造了什么业，用什么来应对死亡，内心自然就会产生恐怖。学院有些道友说晚上害怕出门，不敢出去打水、上厕所，但我想晚上的恐怖不算什么，死亡的恐怖才是最可怕的。而要



遣除死亡的恐怖，唯有依靠佛法的力量。因此，一方面自己平时就要好好修行，这样到时候就会很方便；另一方面，如果有他人的助念和超度，那时也会有解脱的希望。

藏地这方面的窍诀非常丰富。比如在密宗的中阴法门里讲到，当中阴境界现前时，如何通过认识本性等途径而获得解脱。以前我给得过灌顶的部分人介绍过这些内容，但此次我们面对的是一般的佛教徒，所以主要介绍显宗的教言。

今后大家看见亡人一定要去助念，不一定别人邀请之后才去，自己应该主动发心。很多人不愿意为别人念经超度，我觉得这是不对的。这些人自己特别怕死，但对别人的死却漠不关心。古人说："我见他人死，我心热如火，不是热他人，看看轮到我。"有些人就是这样，见到别人死，心里像着火一样着急，但这不是为他人着急，而是害怕死亡降临到自己头上。其实这些人的心量应该放宽，除了关心自己，也要关心他人。

当然，死亡肯定会轮到自己，所以我们自己提前也应该有所准备。平时要经常考虑：如果死亡真的到来，我该如何应对？死亡的情况各不相同：有的人死于交通事故，有的人死于

火灾，有的人死于水灾，有的人死于地震，有的人患急病而暴死，有的人长年疾病缠身而慢慢死去……无论如何，如果我们提前有所准备，有一些佛法的体验和修证，临死时就会比较有把握。

有些禅宗和密宗的修行人因为平时修行有素，所以死亡时非常自在，对他们来说，死亡只是换一个身体，是解脱的最佳途径，可以趁此机会前往清净刹土，因此他们对死亡非常欢喜。当然，这样的境界对一般人有一定的困难，但不管怎么样，我们一定要对死亡有所准备，同时也应帮助其他人度越死亡的险关。

那我们应如何开展临终救度呢？下面对此详细阐述。

如果要展开临终救度，首先一定要有组织。现在有的人死了，第一天聚集一些道友念一点经，第二天以后就再没人去念经了，这种无组织的做法肯定是不行的。应该由家人、亲友或有能力的佛教人士负责，安排好一切法事活动，比如在四十九天里，今天谁念经、明天谁念经，一点都不能马虎。我们学院的道友去世的时候，都是由所在班级的法师安排，从死亡那一天开始，七天内由各个班级不间断地为他念经，同

时还要另行安排四十九天的佛事。但我看到外面不是这样，很多人死后都没有很好地安排，参加助念的居士们念得也不正规，随便念一两天就不念了，亡者的家人也无所谓，处理完尸体后，到寺院作一点佛事，随便放一点生，以后就不做什么善事了。

有些人对荐亡佛事之所以不重视，可能是认为：我的家人死得非常安详，肯定已经往生极乐世界了，所以不用再安排很多佛事。其实这种想法是不对的，很多大成就者圆寂后都需要四十九天的佛事，你的亲人为什么不需要？所以，如果有些人真的关心死去的亲人，就一定要为他们安排好佛事。

人死以后，必须等身体完全冷却，才能移动身体或者换衣服，最好在二十四小时内不要触碰死者。应该把亡者放在清净的地方，如果条件具足，可以专门腾出一间房子放尸体。在尸体没有处理之前，一直在那个房子里念经；尸体处理完以后，每天也继续在那个房子里念经。

还要提醒一点：尸体最好用布盖上，我看到有些尸体上面什么遮盖都没有，别人看到死者的脸特别害怕，这样不是很好。

一般来讲，藏地特别重视对亡者的超度，



除了经济特别困难的家庭，基本上都要安排四十九天的佛事，至少也要安排一个或两个七天的佛事。如果谁家没有为亡人作四十九天的佛事，人们都会议论纷纷：“他们家真是太穷了，连四十九天的佛事都作不起。”在藏地的牧区，如果谁家死了人，这家人的帐篷马上搬到寺院附近，然后每天请出家人念经。有条件的请几十甚至上百位出家人，最少的也要请两三位出家人。当然，汉地死的人很多，寺院却很少，寺院里的出家人更少，要完全由出家人超度有一定的困难，但是在家人也可以超度，佛经中并没说只有出家人才能超度亡灵。所以今后如果一个人死了，他的亲友和子女都可以念经，只要安排得合理，效果也会很好。

在为亡者念经超度时，布置现场也很重要。要陈设西方三圣像、佛经和佛塔，还要为死者供灯，一般是供七盏灯，最少也要有一盏灯。中阴身时常处于恐怖之中，在黑暗的中阴期间，如果为亡者供灯，会给他带来光明和安全感，所以供灯非常有必要。在藏地，如果谁家没给亡者供灯，人们都会说：“他家就像乞丐一样，连一盏灯都不供。”总之，如果有条件，要尽量陈设佛堂和供品；如果没有条件，也可以直接为亡者念经。（汉地有些人在死者脚下摆三、四个馒头，说



是与众生结缘，但藏地没有这种做法。这个放不放你们自己看。）

另外，在助念之前，应该与死者的家人沟通好。因为有些死者虽然是佛教徒，可是他们的家人并不信佛，为了避免一些不必要的麻烦，事先要和他们搞好关系。在助念的时候，保持现场的平静也很重要，亡人的亲友不要哀号哭泣，应该以悦耳的声音诵经念佛，这才是对亡人最有利的。

对死者来说，如果有了善法，这比什么都重要。在我们藏地有这种说法：“生前再多的财产，都比不上死后的一句观音心咒。”《杂阿含经》中也说：“人生寿命促，必将付于死，衰老之所侵，无有能救者。是以应畏死，唯有入佛法，若修善法者，是则归依处。”大概的意思是，死亡虽然很可怕，但若能趣入佛法，精进行持善法，就有了皈依处。因此一定要依靠善法，这才能灭尽死亡的一切恐怖。

尤其是在死亡之际，人们没有自在的能力，很难依靠自己的修持度越难关，即便是平时修行很好的人，临终时病魔缠身、四大紊乱，或者在中阴期间出现打雷、山岩倒塌等许多恐怖的景象，往往很难将这些违缘转为道用，在那个时候，他人的助念就显得尤为重要了。印光大师说：“临终助念，譬如怯夫上山，自力不足，

幸有前牵后推，左右扶掖之力，始可登峰造极。”《闻解脱经》中也说：如同江河里随波漂流的木头，只要稍微用力就能将其拉到岸边。同样，心识即将离开身体时，也极易受他缘影响，如果为亡人哭泣或者造恶业，亡人可能因此而转生于恶趣，如果为亡人造善法，亡人可能因此而往生清净刹土。

所以我们应该为别人助念，这不仅能帮助亡人解脱，自己也有很大的功德。《莲宗宝鉴》中说：“若劝得一人生净土，纵自不修行，亦合得生净土。”可是现在有些人从来不参加助念，有些居士去世后，刚开始很多人出于好奇心去助念，可是第二次、第三次基本上就没人去了。也许他们觉得助念是一种仪式，对自他不一定有利益，所以不愿意参加。这样的想法实际上是错误的，如果真正发心助念，对自他都有大利益。

法王如意宝的传记中有这样一段：法王回忆自己在石渠求学的经历时说：“我依止托嘎如意宝六年期间从未扰乱过上师的心，就像如来芽尊者依止智悲光尊者那样，甚至没有做过一件令上师怒目而视的不欢喜事。只是有一次，我怕影响闻思修行不愿意去俗人家作经忏，托嘎如意宝得知后，显现上不高兴地说：‘难道你



不想利益众生了吗？’当时我非常害怕，吓哭了。”大家想一想，连托嘎如意宝都要求法王为别人助念，可见这是非常有意义的事情。

我们为什么强调在临终时要助念呢？

因为临终是一个非常关键的时刻，那时无论是恶还是善，对亡者的去向都具有决定性的影响。《法苑珠林》中说：“从生作善，临终恶念，便生恶道。从生作恶，临终善念，而生天上。”虽然一生行善，临终时若产生恶念，死后便会转生恶趣；虽然一生作恶，临终时若产生善念，便可以转生到天界。以前有一个阿耆达王，他一生造塔兴寺，做了很多善事，本来死后能转生到天界，可是临终时一个侍者用扇子为他扇风，失手将扇子掉到他脸上，阿耆达王由此产生了一念嗔心，结果死后转生为毒蛇；相反，汉地的张善和一辈子杀牛，临终时地狱相现前，在善知识的劝导下他拼命念佛，念了还不到十声佛，就往生极乐世界了。

有些人也许不理解：为什么会这样呢？《那先比丘经》中对此有很好的回答。弥兰国王曾经问那先比丘：“你们沙门说，有人一生做善事，临终时因为一件恶事而堕入恶趣，我不相信；你们沙门还说，有人一生造恶业，临终时念佛

就能转生善趣，我也不相信。”那先比丘以比喻开导国王：“比如把一百块大石头放在大船中，虽然这些石头很重，可是依靠船的浮力，它们不会沉入水中。有人虽然造了很多恶业，临终时以一件善法的‘浮力’，也会免于堕入恶趣。又比如把一个小石头放在水上，它会沉入水中。有些人平时没有大过，临终时只是造了一个小恶业，由于没有善法的‘浮力’，也会直接堕入恶趣。”国王听后恍然大悟。

与此相同，有些人以前做了很多好事，后来因为一件坏事，就把以前的功劳都毁坏了。有些人是这样讲的：“我在上师您面前发心已经很长时间了，最后因为一件坏事，就要否认以前的一切功劳，这不合理。”对于这个问题，我觉得要看最后的坏事大不大：如果坏事不大，当然不会毁坏以前的功劳；如果坏事很大，那以前的功劳就没了。比如，本来99+1=100，但有时候也会 99+1=0，为什么呢？因为最后的“1”是一个很大的负数，完全抵消了前面的“99”。同样的道理，虽然以前做了很多好事，可是因为后来的一个大坏事，足以让以前的功劳全部白费。所以表面上看来，一善似乎可以抵一恶，但实际上没有这么简单，有些事情还是要具体分析。

话又说回来，既然临终时刻的善恶那么重要，我们就应该特别注意：此时既不要对怨敌产生嗔心，也不要对亲人和财产生起贪心。有些人在临终之际，贪执亲友、儿女或者存折等，这都是不明智的表现。其实那时候生命只剩下几分钟或几秒钟了，贪执身外之物又有什么用呢？在座的道友学了很多佛法，应该是明白道理的人，希望你们在临终时不要有任何贪执。

总之，大家应该明白，临终助念的功德非常大。《地藏经》里说："一切众生，临命终时，若得闻一佛名、一菩萨名，或大乘经典一句一偈，我观如是辈人，除五无间杀害之罪，小小恶业，合堕恶趣者，寻即解脱。"因此，今后若遇到即将死去或者已经死去的人，我们要发心为他们助念：可以念诸佛菩萨的名号，如药师七佛[4]、八大菩萨[5]的名号，也可以念一些殊胜的咒语，或者念佛经中的偈文，如："诸恶莫作，诸善奉行，自净其意，是诸佛教。"

即便是一般的凡夫，念这些对亡人也有很大的利益。有些人说："因为我不会修破瓦法，

4 药师七佛：善名称吉祥王如来、宝月智严光音自在王如来、金色宝光妙行成就如来、无忧最胜吉祥如来、法海雷音如来、法海胜慧游戏神通如来、药师琉璃光如来。见义净翻译的《药师琉璃光七佛本愿功德经》。

5 八大菩萨：文殊菩萨、普贤菩萨、观世音菩萨、地藏菩萨、金刚手菩萨、弥勒菩萨、虚空藏菩萨、除盖障菩萨。

所以没有去为亡人念经。"其实这种说法是不对的，虽然破瓦法对亡人的利益非常大，但不一定对所有人都要大声地"吼!"、"啪的!"，念诵诸佛菩萨的名号也非常好。以我自己而言，有很多人请我念破瓦，但我觉得念破瓦需要观想，还需要有超度的能力，而自己这方面的能力有限，因此这几年以来，我在超度亡人时都是念诸佛菩萨的名号、咒语以及佛经。道友们以后也可以这样来利益亡人。

在这里，我还要向大家强调几个问题：

第一、在死亡到来之际，不能有太大的恐慌，否则会障碍解脱。汉地的一些法师说，要以平静的心态迎接死亡，对死亡应作六种想：一、死如出狱，要有一种从监狱中获得解脱的想法；二、死如再生，死亡意味着重新转生，就像原来在一个地方生活，以后到另一个地方去生活一样；三、死如毕业，一个学生从学校毕业后，会根据成绩转到其他领域去发展，同样，一个人死后，会根据其善恶功过转生到不同的地方；四、死如搬家，就像以前住在南方，后来搬到北方去；五、死如换衣，以前穿黑色的衣服，后来换了一件白色的衣服，同样，以前是这个身体，死后会换一个身体；六、死如

新陈代谢，人的身体有很多细胞，旧的细胞不去，新的细胞就不会来，同样，没有旧生命的死亡，也不会有新生命的到来。以这六种思维能遣除对死亡的过分恐怖，能让自己以平静的心态迎接死亡。我觉得这样的思维很好。其实汉地有许多很好的临终教言，像印光大师的开示中就讲过临终的三大要诀：“第一，善巧开导安慰，令生正信。第二，大家换班念佛，以助净念。第三，切戒搬动哭泣，以防误事。果能依此三法而行，决定可以消除宿业，增长净因，蒙佛接引，往生西方。”善导大师也讲过很多临终要诀。大家要多看这些大德的教言。

第二、如果有些人觉得生命快要走到尽头了，而自己的家人又不信佛，我建议这些人提前给家人留下遗嘱，在遗嘱中安排好自己的后事。这样的话，如果家人对自己有爱心，他们会按照自己的意愿处理后事。否则，如果没有提前安排好，死后家人会哭哭啼啼（甚至他们不想哭也会请一些人哭，现在南方有些人专门为别人哭丧，据说哭一个小时收费一千元钱），杀鸡宰羊，然后随便处理自己的尸体，这样没有任何意义，不仅浪费钱，还造了很多恶业。

我看过一个修行人的遗嘱，他在遗嘱中说：我一生学佛，受益良多，倘若你们真的为我好，



希望按照我的意愿处理后事，帮助我完成以下心愿：

一、病重时，不要把我送到医院，也不要搞任何抢救，我需要安安静静地念佛生西；

二、断气后二十四小时内，千万不可搬动我的身体，也不要在旁边哭泣吵闹；

三、可请佛友居士到家里助念；

四、断气后七天内，每天念佛不能中断，其余丧葬等事过后再处理；

五、断气二十四小时后才可洗身换衣，如果天气热有异味，可以燃香祛味；

六、丧事从简，不宴宾客，禁止杀生，以免增加我的罪业；

七、超度以念佛为主，不要追求形式，具体应按莲池大师、印光大师的开示来办；

八、死后四十九天内，亲属要吃素、念佛、放生等，以此功德回向给我，这对活人和死人都有好处；

九、我留下的财产，可用于印经、放生等善事；

十、必须在七天以后方可火化遗体，如遇酷暑，至少也要一天一夜后火化。骨灰撒在森林中，与众生结缘。

我觉得这个人对死后的安排很如法，尤其



是他对遗产处理得很好。现在有很多这样的事情：一个人还没断气，兄弟、姐妹或者子女就开始为财产争得不可开交了，甚至大吵大闹。这种情况你们也许见过，其实这样很不好，临终者听到会很伤心，即便他已经死了，他的中阴身有神通，见到亲人们争夺财产，甚至用自己的财产造恶业，也会非常不高兴。

在这方面藏地的做法很好。藏地有这样的传统：如果一家有七个人，其中一个人死了，家人会说："反正我们还活着，再困难也会有办法，而亡人无依无靠，非常可怜，应该多给他做善事。"一般会拿出整个家产的七分之一为亡人做善事，有些家人甚至会拿出超过七分之一的家产做善事。如果有亲友送礼，这些钱财一点都不会浪费，全部用于为亡人刻玛尼石、印经旗或者作四十九天的佛事等。

第三、要重视四十九天的佛事，一定要尽力为亡人安排。藏地的四十九天佛事主要念密宗的《闻解脱经》，汉地不一定有这样的条件，但也可以念显宗的《金刚经》、《阿弥陀经》或者阿弥陀佛圣号，这应该是能做到的。除了念经，在四十九天之内，还要根据财力尽量为亡者做供灯、放生等善事。

其实四十九天佛事并不是藏地独有的，汉

地也有四十九天佛事的说法。如《地藏经》中说："若能更为身死之后，七七日内广造众善，能使是诸众生永离恶趣，得生人天受胜妙乐，现在眷属利益无量。"这里说得非常清楚。所以人死后的四十九天非常关键，在此期间一定要广造善事。这个道理就像世间的升学，考前的预备期是四十九天，在此期间如果从各方面做好准备，就能考上理想的学校。

因此，不管出家人还是在家人，都要重视四十九天的佛事。对于临终者来说，要提前向亲友交代好如何为自己作四十九天佛事，不必交代如何分遗产，因为这些不说他们也会分的。对于亡人的亲友来说，要尽心尽力操办好四十九天的佛事，如果实在找不到人念经，也可以自己为亡人念经：在死者的灵牌或者照片前，每天念《金刚经》、《阿弥陀经》、《普贤行愿品》、《地藏经》、《法华经》等经典，或者念诸佛菩萨的名号和咒语，这对亡人有很大的利益。

总而言之，我们要以佛法来利益那些处于死亡之际的众生。现在很多人在这方面做得很不如法，不但不做善事，还要造杀生等恶业，包括有些佛教徒也是如此。有的人虽然知道佛教的做法，但迫于传统，不得不按世间的方式来办。我觉得这是不对的，如果传统的做法不

符合正法，就应该抛弃这些。

前一段时间，我熟悉的一个佛教徒的母亲去世了，这个人在处理母亲的后事时舍弃了传统的做法，完全依照佛法来做。他要求：凡是探望亡者的人都不能说很多话，必须一心一意念观音心咒；在整个后事期间，所有的人都必须吃素……他的革新刚开始引起了很多说法，但事后很多人都觉得他做得很不错。当然这个人有一定的能力，所以亲友们也服从他的安排，如果是一些弱小的居士和出家人，虽然自己想按佛法去做，但亲友们不一定听。但不管怎么样，只要有机会，我们就要改变不好的陋习，按照佛法来办理丧事，这对亡者会有很大的利益。

现在我们都是活着的人，应该借助佛法的力量来帮助亡者。《西藏生死书》里说：对于死去的亲人，哀伤、哭泣、呼喊他们的名字都是没有用的，反而对他们有害，唯有善法才能给他们带来切实的利益。所以我们要为亡者做真正有利益的事。当然，在具体操作的时候，还需要考虑很多问题。比如说，如果有的人不信佛，我们为他们死去的亲人助念，也许会遭到他们的抵制，所以应该有一些善巧方便——如果我们以财富对亡人及其亲人提供一些帮助，

然后再附带为亡人助念，可能有些非佛教徒也会接受。总之，我们应该以各种方便来帮助亡者。

其实人死的时候是最可怜的。人活着的时候，不管遇到什么困难，因为以后还要看他的面子，所以很多人多多少少都会帮助他。但人死的时候就不同了，人们都觉得以后再也用不上他了，所以谁都不会再去管他。在那个时候，作为一个大乘佛教徒，就要无条件地去帮助这些可怜的众生。我们学院的很多道友就是这样，当他们见到一些病人和亡者的时候，大悲心就会不由自主地涌现，尽最大的能力帮助这些可怜的众生，这就是大乘佛子的行为！



以佛法利益亡者

思考题

1、有些人有这样的想法："因为阿底峡尊者曾经说过，获得见道方可超度亡灵，所以我不敢为别人念经超度。"请分析这种观点。
2、以教证说明人死后亲人哭泣的过患。
3、在为亡人做善法时，为什么死后四十九天内是最重要的？
4、你们当地丧事的传统有哪些不符合佛法之处？如果有能力，你打算如何改变旧的做法？

顶礼本师释迦牟尼佛！
顶礼文殊智慧勇识！
顶礼传承大恩上师！

无上甚深微妙法　百千万劫难遭遇
我今见闻得受持　愿解如来真实义

为度化一切众生，请大家发无上殊胜的菩提心！

昨天讲了佛教徒应该发心帮助临终者，今天我们继续宣讲这方面的内容。

为了让临终者得到利益，这次我们编纂了



一部《助念往生仪轨》，内容都是佛经和续部中的金刚语，没有添加任何个人的分别念。我觉得里面的经文、佛号和咒语加持力很大，任何众生如果听到，都会有非常大的利益，所以，有因缘的时候，大家应该为临终者念这部仪轨。我们不仅可以依靠它来帮助别人，自己平时也可以念这部仪轨。如果有人愿意发心，也可以把它做成念佛机或者 CD 光盘，然后在家里或者车上播放。我们不仅要掌握佛法的理论，还要运用于实际生活；不仅自己要从中得到利益，还要让有缘的众生也得到利益。这就是发了菩提心的大乘行者的心愿。所以我希望道友们以后能大力推广这部仪轨。

对于如何帮助亡者，以前的高僧大德有很多非常好的教言。如弘一大师在《人生之最后》中说：如果要留遗嘱，应该在健康时写好，然后托付他人保藏；临终时不能贪执家事及身体，要放下一切，一心希求往生西方；临终时应面西右胁侧卧，若因身体痛苦改换卧势，要任其自然，不可强制；之后大众要为其念佛，或念六字，或念四字，或快或慢，要根据临终者平时的习惯；小引磬及小木鱼的声音尖锐，令人心神不宁，故不要使用，应该用大引磬及大木鱼。诸如此类的要求讲得很详细。





以前的大德有很多这方面的开示，很多佛教徒也是依此对待亡者的。而现在的人对佛法越来越淡漠，根本不依照佛法来对待亡者，随便以一些世间的做法应付一下就过去了。

我经常想，人活着时还算是可以的，如果自己生病了，家人、朋友、医生都会帮助你，可是人死后就可怜了，就像有些中阴窍诀里描述的那样：前有阎罗狱卒牵引，后有业风吹动，虽然自己不愿意，但不得不舍弃今生的一切，独自踏上通往来世的中阴长道，在中阴长道上有各种恐怖的景象，亡者恒时处于恐惧、焦虑、痛苦中。在这个时候，亡者最需要别人的帮助。可是很多人非常愚痴，虽然他们为亡者做了一些事，但亡者不仅没有得到利益，反而受害不浅。我去过东北、南方等很多地方，发现这些地方有一些民间的传统习俗，这些做法对亡者基本上没有什么利益，只不过是活着的人做给别人看的一种形式而已。

相比之下，藏地在这方面要好得多。我并不是故意赞叹本民族，但从佛法的角度来看，藏族的民俗和传统中有很多佛法的成分，实行这样的民俗传统对亡者有很大的利益。在这个问题上，藏族确实有值得其他民族学习的地方。藏地很多人都接受过中阴密法的灌顶，当临死

中阴、法性中阴和转世中阴一一到来时，依靠金刚上师的指点，很多人都以认识心的本性或者文武百尊的方式获得解脱。而且人死后四十九天内，每天都有人为他念《系解脱》、《闻解脱》或者一些伏藏法，依靠这些密法的加持，许多人都得到了极大的利益。

在藏地，不要说正式得过密法教授的人，甚至有的人只是偶然接触过密法，后来也获得了解脱。以前我讲过一个西藏老太太的故事，她只是在一次超度法事中见过文武百尊的唐卡，以此因缘，当中阴期间显现文武百尊时，她认出了他们，结果当下就获得了解脱。老太太的儿子还不知道母亲已经解脱了，后来专门请求噶玛巴超度母亲。噶玛巴以神通观察后发现，因为生前见过文武百尊的形象，老太太在中阴期间早已获得解脱了。（这个老太太没有正式接受中阴密法的灌顶和传承，但也依此法门获得了解脱。不过在这个问题上，我建议一般人要先接受灌顶和传承，然后再修中阴法门，否则万一产生邪见也不太好。）

以前我给学院的道友传讲过中阴密法，详细介绍了上根者即生如何以证悟法性而获得解脱，中根者在中阴期间如何以各种窍诀而获得解脱，下根者如何将心识转为道用从而于幻化世界成为利益众生的化身，还介绍了莲花生大士的不共窍诀——法身往生法、报身往生法、

化身往生法以及刹那往生法等。这些中阴窍诀在藏地应用得非常广，如今在汉地、西方、东南亚，也有很多人在修持这些窍诀，对许多亡者的解脱起到了非常大的作用。

当然，这样的修法并不是所有人都会使用，现在我给大家推荐的就是人人都会的方法——念诵极具加持力的佛菩萨名号、咒语和经文。我昨天也讲了，现在经常有人请我念破瓦法，但我考虑：自己的观想能力有限，念破瓦法不一定对亡人有利益，如果能念一些有加持力的佛菩萨名号、咒语以及经文，那百分之百对亡人是有利的，所以这几年以来，我一直是以这种方法超度亡人。今后大家也可以这种方法超度亡人。

有些人有这样的想法：因为阿底峡尊者曾经说过，获得见道方可超度亡灵，所以我不敢为别人念经超度。其实，阿底峡尊者的意思要从多方面理解。不管怎么样，即使不是一地以上的菩萨，只要有一个清净的发心，哪怕一个普通的居士也可以为亡人念经超度。在现实生活中，有许多需要帮助的可怜众生：我在太平间和殡仪馆见过很多死人，这些人一生没有闻过一句佛法，死后基本上没有解脱的机会；我在屠宰场也见过很多遭杀的旁生，它们不仅即

生感受身心分离的痛苦，由于是在极度的嗔恨和恐惧中死去，来世还会沉沦在恶趣的深渊中。见到这些可怜的众生时，我们应该主动为他（它）们念经超度。

从我们自身来讲，当死亡到来时，要一心专注于阿弥陀佛、莲花生大士或者自己的根本上师，要抓住这个机会获得解脱。在临终的时候，由于疾病缠身、四大紊乱，我们的身心不一定非常自在，但是如果平时经常修炼，那时就会有一定的解脱把握。修行人就是要不同于世间人，世间人对生老病死没有任何准备，而修行人对此则应有所准备，当面对死亡时，纵然不能像禅宗和密宗的大修行人那样，自在地往生净土或者安住在证悟的境界中，最起码也要对死亡无所畏惧。

除了自己要好好修行外，我们也要关心身边的人，要为他们多做善法。《教王经》中说，国王在死的时候，权势、受用、眷属都带不走，唯有前世的业会如影随形般跟随。《大圆满前行引导文》中说，死亡来临之际，军队、眷属、财富等一切世间的圆满都没有用，唯有善法才有用。《最胜问菩萨十住除垢断结经》中也说：“临时宗亲，有何恃怙？唯有善法，乃可凭耳。”意思是，在临终的时候，一切宗族亲人都不可



依靠，只有善法才可依靠。现在有些大老板很有钱，可是死后连一分钱都带不走，他们的钱财确实没有任何意义。如果他们生前做过善法，或者死后有人为他们做善法，这才是有用的。

我是这样想的，通过这两堂课的学习，大家要改变对亡者的做法。以前我发现有些佛教徒不懂怎么帮助亡者：家里的人死后，先是哭哭啼啼，然后稍微做一点善事，基本上一个星期就完事了。虽然莲池大师、印光大师等大德都再三强调，一定要为亡人作满七七四十九天的佛事，可是现在很少有圆满的。当然，在末法时代，所有人都圆满四十九天的佛事有一定的困难，包括在藏地也有不能圆满的：有些是请不到出家人，有些是没有钱作佛事……有各种各样的原因。所以我并不是说每个人都必须圆满四十九天的佛事，但至少大家要有这样的观念：唯有善法才能利益亡者，一定要为亡者多做善法。

可惜的是，很多人不为亡者做善法，只是一个劲地哭。我见过有些人哭得特别厉害，其实这对亡者没有任何利益，反而有很大的危害。《正法念处经》里说："闻其悲啼哭泣之声，业风吹令生于异处。"本来亡人可以生于善处，可是听到亲人的哭声后会失去正念，最终为业风

所吹而转生于不好的地方。《乐邦文类》里说："多见世人，为恩爱故，聚头哭泣，不思救度。苦哉苦哉，名为恶知识也。恩爱所牵，堕落恶道，无解脱期。"《念佛镜》里说："若病重将终之际，亲属不得垂泪哭泣，及发嗟叹懊恼之声。惑乱心神，失其正念……才有丝毫恋世间心，便成挂碍，不得解脱。"看了这些教言，大家以后千万不要在亡者面前哭泣，应该为亡者创造一个安宁的环境。这样的话，如果亡者有修行的境界，就可以安住在自己的境界中顺利解脱。

下面结合汉地丧事的传统来谈谈佛教的做法。

我看到汉地有为亡人设灵堂的做法，很多人也特别强调设灵堂，对此我是这样认为的：从佛法的角度讲，设不设灵堂都无所谓，重要的是要为亡人设佛堂。在我们藏地，一个人死后，要专门腾出一间房子或者搭一个帐篷作佛事，这是非常有必要的。

汉地的灵堂是这样的：正中间是亡人的黑白相片，上方是"沉痛悼念×××"，下方是一个大大的"奠"字，两边是以其一生经历或功绩为内容的挽联，再两边摆着花圈，供桌上供着蜡烛、水果、鸡腿等。在灵堂的门口有"签

到处”和“收礼处”，负责接待宾客和接受礼物。很多地方都有这样的灵堂。

我并不完全反对设灵堂，但我想灵堂的规矩最好改一改：光是挂一个大大的遗像，这没有什么意义，不如在上方再挂一个佛像，这才有功德；供桌上也不要摆荤食，要供素食；要求来灵堂的亲友们不要哭闹，要一心念阿弥陀佛名号或者观音心咒。当然，如果没有能力，有些人即使想按佛法办丧事，也不一定做得到，但如果自己有一定的能力，就要尽量改变世俗的做法，按照佛教的方式来办丧事。

从死者断气到火化遗体，中间需要一段时间，这个时候不能操之过急。据说有些殡仪馆火化遗体时，工作人员经常听到焚尸炉中传出哭声。我想这可能是火化太早了，亡者的神识还没有离开身体，一接触火，人又苏醒过来，结果把人活活烧死了。对于死后何时方能处理遗体，佛教界的说法不一：有些说断气后八小时处理遗体，有些说断气后二十四小时处理。我是这样认为的，为保险起见，最好是人死后三天或四天再处理，以前法王如意宝也说，人死后三天或四天处理遗体是比较好的。太晚处理遗体也没必要，虽然古人有“三七犹有余识”的说法，但这是极为特殊的情况，如果人死后

几十天再处理遗体，这可能会很不方便，在现代社会也不太现实。

总之，在生死大事上，大家切勿依从世俗之见。汉地民间有“应趁体有余温，早为更衣”的说法。这种说法完全是错误的！一定要等身体冷透之后才可更衣，否则过早翻动亡者的身体，亡者会起烦恼而堕入恶道。当今时代，人临终时基本上都要进行抢救，一番输氧、输液、敲打之后，临终者的心被搞得特别乱，甚至原有的修行境界也用不上。因此修行人临终时不要在医院接受抢救，最好在家里安静地迎接死亡。

汉地还有一种说法，说是“人死一定要哭，不哭凶星不退”，所以有些人专门请人哭丧，并且通过扩音器把哭声放出去，还要放一些悲伤的音乐。本来有些参加丧事的人不想哭，但被刻意营造的气氛所感染，最后也跟着哭起来，眼泪也自然而然流出来了。实际上，就像我刚才讲的一样，这样的哭泣不但没有任何意义，反而有很大的危害。

此外，汉地很多地方有杀生祭祀的恶习。古时候国王、大臣等有地位的人死后，要杀人作陪葬或祭祀，现在则是杀旁生作祭祀。这种行为非常愚痴，过失也相当大。《譬喻经》中记

载：以前佛陀和阿难来到一条河边，首先见到五百个饿鬼歌吟而行，后来又见到几百个人啼哭而过。阿难问佛：“饿鬼为何欢歌？人为何啼哭？”佛告阿难：“这些饿鬼虽然因为恶业而堕入恶道，但现在家人为他们做善事，他们马上就要解脱了，所以高兴地唱歌。而那些人的家人不为他们做善法，反而为他们杀生祭祀，后面很快就要有大火逼迫，所以他们啼哭。”

《地藏经》中也说：“阎浮提众生，临终之日，慎勿杀害及造恶缘，拜祭鬼神，求诸魍魉。何以故？尔所杀害乃至拜祭，无纤毫之力利益亡人，但结罪缘，转增深重。”

所以，大家不要杀生祭祀亡人。如果有些人真的爱去世的亲人，也很想帮助他们，那千万不要为他们造恶业，应该为他们多做善事，最好在四十九天内，每天不间断地做善事。当然，所谓不间断地做善事，并不是说白天晚上一直不停地念经修法，只要每天都做善事就行了，中间累了也可以休息一会儿。在休息的时候，可以在遗体或者灵牌前打开念佛机。

值得一提的是，在办丧事时，也没有必要铺张浪费。在一些大城市，买一个好的骨灰盒要花几万元，在公墓买一个位置也要几万元，其实这些钱不如用来为亡人放生、印经旗、刻

玛尼石、塑造佛像，这样才对亡者有利益。否则，有些人花了很多钱，只是把骨灰装在一个小盒子中，然后埋在一处公墓里，在墓碑上刻上死者的名字。虽然这是一种世间传统，我们也不能一概否认，但是对亡者并没有真实的利益。有些人为死者花了很多钱，只是为了自己有面子或者博得“孝子”的虚名，其实如果没有真正利益到亡者，做什么样的形式都是没有意义的。

庄子临终的时候，弟子们准备厚葬他。庄子以讥讽的口吻说：“我以天地为棺椁，日月为连璧，星辰为珠玑，万物为赍送（礼物）。我的葬具难道不完备吗？”弟子们说：“我们担心老鹰吃掉您的身体，还是做个棺材埋在地下吧。”庄子说：“我的身体在地上会被老鹰吃，在地下会被蚂蚁吃，何必把乌的食物夺过来送给蚂蚁呢？”可见，庄子对丧事有一种达观的态度。

当然，我讲这个故事的意思，并不是说所有的丧葬仪式都不需要。藏地有天葬、火葬、水葬、土葬，汉地也有火葬和土葬，活人对死人适当地做一些仪式，把死人的骨灰保存在公墓里作为纪念，这些事情并不是不可以做，但是没有必要为此浪费太多的钱财。如果有些行为对亡人有利益，当然可以多多去做。像在藏

地，为亡人的骨灰念十万遍特殊的咒语后，用骨灰做成擦擦像，亡人从此不会再堕入恶道，这样有意义的事情就应该多做。

现在外面很多人的行为不合理，除了上面提到的为丧事大操大办以外，甚至有的人借此机会聚敛钱财。汉地有“红白喜事”的说法。“红喜事”是指结婚，为什么叫“红”喜事呢？因为婚礼上的一切都是红的——穿的、戴的、蜡烛都是红色的，这也许象征着婚后吵架吵得面红耳赤吧，开玩笑！“白喜事”是指丧事，为什么叫“白”喜事呢？因为丧事的用具和人们的穿戴大部分是白色的。以前我问过一个道友：“为什么汉族人把丧事也称为喜事？”他回答说：“因为那时可以收很多钱财和礼物，这也是一件很开心的事情吧。”（众笑）

不过有的人对死亡的确很开心。以前庄子的妻子死后，庄子一边敲着盆一边唱歌。他的好友惠子说：“你和妻子生活了一辈子，现在她死了你却这么开心，这不太合理吧？”庄子回答说：“人出生是自然的规律，人死亡也是自然的规律，生死就像春夏秋冬的交替一样，死去的人安稳地躺卧在天地之间，如果我为此而痛哭流涕，就是不知天命的愚者了。”按照庄子的观点，人死也是快乐之事，这也是白喜事的一

个来源吧。

话说回来，不管怎么样，我们都不应该把人死当作发财的机会。一般来讲，藏族人根本不敢享用丧事期间的收入，这些钱财全部用于为亡人作功德。因为有些亡者非常吝啬，他们的中阴身一直盯着家人，看他们怎么处理别人送的钱财。如果家人私自享用这些钱财，亡者的中阴身就会报复他们。所以，藏族人一般都不会“贪污”亡者的钱财。

其实和藏地的丧事相比，汉地丧事的很多做法都没有任何实义，反而会造下很多恶业，有时候看到这些做法，确实很让人伤心。当然，从根本上改变这些传统是很困难的，但我希望道友们要在力所能及的范围内有所作为：对于自己的丧事，要提前留下遗嘱，不要让家人为自己杀生宴请宾客，自己的钱财应全部用在做善事上；对于亲友的丧事，也要按照佛法来办，尽量为他们多做善事。

在具体为亡者做善事方面，我对大家有几点建议：

一是要挂经旗。一般三米长算一面经旗，如果经济条件允许，至少要挂一百面以上的经旗，这样功德非常大。经旗应该挂在清净的地方。不过汉地要找这样的地方比较困难，现在

不要说死人，连活人住的地方都很紧张，大城市里到处都是密密麻麻的人，但不管怎么样，要尽量找一些合适的地方挂经旗。

二是要供灯。人死后四十九天内，白天夜晚都不能中断供灯。我想即便条件再困难，每天供七盏灯应该没问题，如果能多供，当然就更好了。

三是要念经。可以念我们编的《助念往生仪轨》，也可以念其他的经典。在藏地，条件好的家庭，一般要请僧人为亡者念一遍《大藏经》；如果是条件差的家庭，也要为亡者念几部重要的经典。汉地的佛友们也应当重视念经，如果请不到别人念经，也可以自己念。

四是要注意时效性。为亡人做善法时，主要应该在死后四十九天内做，这七个七天是最重要的。所谓的七天并不是毫无根据的传说，对中阴身来讲，七天是非常关键的时间：人死后每隔七天，都要重新感受一次死亡的痛苦，如果在此期间做善事，可以为亡者的转生创造良好的因缘。一般来讲，由于众生的共业，中阴只有七七四十九天的时间，过了这个期限就要转世投生[6]。这就像拘留的期限一般是十五天，过了十五天就会被释放一样。因此，除了

[6] 也有个别众生的业感比较特殊，死后一年甚至两三年还在中阴界漂泊。



没断气或者刚断气就解脱的大修行人以外，对大多数众生来说，应该以四十九天来对待，在此期间要为亡者多做善法。

在座很多人应该想一想：你的亲人死后，有没有为他做善法？那时自己和其他活着的人都在干什么？听说在南方有些地方，丧事期间宾客们在一起打麻将。我问一个人："那个时候本来是很伤心的，为什么要打麻将呢？"他说："因为探望死者的人很多，死者家又很有钱，所以专门在宾馆开房间，让客人打麻将。"我还听说有些人特别喜欢别人家办丧事，因为那时要大宴宾客，可以吃到丰盛的饭菜。这些都是不对的！这不是玩乐的时候，而是为亡人做善事的时候！对宾客来讲，如果会念经，要为亡人念经；如果不会念经，也要帮忙为亡者做善事。在我们藏地，有些文盲不会念经，他们会帮亡者家做供灯等善事。

因此，当自己的亲人离开世间时，作为一个有良心的人，应该想尽办法为他们做善事。通过这次的学习，希望有些地方的传统和观念能有所转变，要认识到为亡者做善事的重要性，尤其要懂得死后四十九天内做善事，否则，一旦过了这个时期，再想帮助亡人就比较困难了。除了四十九天的佛事以外，每逢周年忌日，还





要到亡者的墓地做一些善事。现在土地资源有限，汉地不可能每个亡人都有坟墓，但到寺院里请僧众为亡人念经应该是可以的。（不过现在有些寺院天天作超度，不作任何闻思修行，这也是不对的。寺院的核心是弘扬教法和证法，虽然超度有很大的功德，但还是不能与教法和证法相比，所以这些寺院应该重视闻思修行。）

当死亡来临的时候，最重要的是正法上的帮助，这能让亡者得到永恒、究竟的利益。而世间的帮助，比如给一些钱或者给他们看病，这些都没有很大的意义。前一段时间，一个癌症晚期的藏族年轻人向我表示，希望临死前在学院出家，我非常同情她，就介绍她在学院的一位法师面前剃度。出家后，她把别人供养的钱全部交给我，让我为她做善事，还要求我给她传一个临终时最好的法。我考虑了很久之后，郑重地告诉她："我不知道你还能活多久，但不管怎么样，希望你在临死前最好能念完一百万遍阿弥陀佛名号。法王如意宝以前讲过，这是往生极乐世界的一种重要缘起。对一个佛教徒来讲，如果在离开世间时没有念完一百万遍阿弥陀佛名号，这确实是很大的遗憾。我自己以前也发愿念一百万遍佛号，你现在已经得了这样的病，所以什么都不要想，首先念完一百万遍佛号，念完后有时间再说其他的吧。"

我想，很多人虽然没有身患癌症，但他们

也许比癌症患者死得还快。我昨天对录制《助念往生仪轨》的道友们说："现在你们为别人念《助念往生仪轨》，也许过一段时间，别人会在你们的尸体前念这个仪轨。"死亡什么时候都可能降临，那时唯有做善事才有用，尤其是死后四十九天内的善事利益非常大。我以前也想过：我离开世间的时候，不知道别人会不会为我做善事？如果关心我的人在四十九天里每天为我放生，那该多好啊！

每个人最终都要面对死亡，虽然有些人说自己一点都不害怕，但我想他们在死亡真正来临时肯定会害怕的。在那个时候，若能以清净心祈祷阿弥陀佛，就会有解脱的机会。因此希望大家趁活着的时候，与阿弥陀佛结上殊胜的因缘[7]。现在外面的很多居士通过学习佛法，对阿弥陀佛生起了强烈的信心，对佛教各宗派产生了清净的信心，对祖师大德们没有任何邪见，我觉得以这样的心态离开世间是很好的。

道友们应该清楚，我们最初来到世间是一个人，最终离开世间也是一个人，在这个独来独往的轮回中，别的什么都指望不上，唯有善

[7] 结缘的方法就是多念阿弥陀佛的名号和心咒，最好能按法王如意宝的教言，每个人念一百万遍藏音的阿弥陀佛名号；若念汉音，则要念六百万遍"南无阿弥陀佛"。




法才是真正的依靠处。因此我们要为临终的解脱多行善法，同时，遇到临终者也要为他们做善法。在利益临终者的过程中，对于一些地方的传统做法，像放哀乐、穿丧服、设灵堂等，我们也不反对，但是千万不要做对亡者有害的事。在这方面，我比较担心有些人，本来是很好的佛教徒，可是他们死后，家人如果不做善法，反而杀生造恶业，那就太可惜了。所以这些人要提前叮嘱亲友：不要为自己造恶业，要多为自己做善法。

本来，我们的亲人去世后，自己应该尽力帮助他们，可是现在很多人在这方面做得不够。学院有些出家人的父母去世了，他们交一些钱请僧众念经，从此以后就没什么了。我觉得这是远远不够的，除了请僧众念经外，自己以后还要经常为去世的亲人念经。还有些人更过分，父母死后连任何善事都不做，他们的理由是：“我的父母是行持善法的，肯定能获得解脱，所以不用再做善事了。”我觉得这是不明事理的想法，连高僧大德圆寂后都要作四十九天的佛事，你的父母为什么不需要？

因此，大家要重视为亡者做善事，尤其是死后四十九天内，每天都要为亡者供灯、念经，我觉得这没什么做不到的。除了在四十九天内



做善事外，此后的每个周年忌日也要做善事。我父亲去世十几年了，可是我的弟弟、妹妹每年都要到父亲的墓地[8]挂经旗、刻玛尼石。汉地不一定人人都有墓地，但每年的忌日为亡者做善事，如念经、供灯、放生等，应该是可以的。可惜很多人没有做这些事。也许这些亡者生前为你造了很多恶业，死后一直在恶道里受苦，如果为他们做善事，他们当下就会获得解脱，你为什么不去做？如果不去做，那真的是没良心的人了！

在这个世界上，很多死者是非常可怜的，他们一生都没有遇到佛法，有些即便遇到了，也没有好好修行。通过这次的学习，希望大家今后要借助三宝的威力去利益这些有缘的亡者。许多佛菩萨的名号、咒语和经典有不可思议的功德，只要为亡者念诵，他们就不会堕入恶趣。因此，对亡者的家人来说，一定要为亡者认真作佛事，如果自己不会念经，可以请别人念；对参加助念的人来说，则一定要发大心助念，念经时不要顾及个人的辛苦，这也是在度化众生，对自己和亡者都有很大利益。总之，所有活着的人都要尽最大的力量帮助亡者！

[8] 藏地虽然是天葬，也要将亡人的部分尸骨埋在一个清净的地方，以后每年到那里为亡者做善事。




助念往生仪轨

助念者以清净心、悲悯心，在临终者或亡者面前，观想十方诸佛放光加持，自他切莫哭泣等。若条件允许，则应于亡者头顶上方，摆设佛像、佛经等三宝所依，并供养灯、水、香、花、果等。之后与大众一起念诵：

一、皈依（三遍）：

南无革热雅（皈依上师）
南无布达雅（皈依佛）
南无达玛雅（皈依法）
南无僧嘎雅（皈依僧）

二、发四无量心（一遍）：

愿诸众生永具安乐及安乐因；
愿诸众生永离众苦及众苦因；
愿诸众生永具无苦之乐、我心怡悦；
愿诸众生远离贪嗔之心、住平等舍。

三、发四弘誓愿（一遍）：

众生无边誓愿度，烦恼无尽誓愿断，
法门无量誓愿学，佛道无上誓愿成。

四、三十五佛忏悔文（一遍）：




南无皈依十方尽虚空界一切诸佛
南无皈依十方尽虚空界一切尊法
南无皈依十方尽虚空界一切贤圣僧

南无如来，应供，正遍知，明行足，善逝，世间解，无上士调御丈夫，天人师，佛，世尊。

南无释迦牟尼佛　　南无金刚不坏佛
南无宝光佛　　南无龙尊王佛
南无精进军佛　　南无精进喜佛
南无宝火佛　　南无宝月光佛
南无现无愚佛　　南无宝月佛
南无无垢佛　　南无离垢佛
南无勇施佛　　南无清净佛
南无清净施佛　　南无娑留那佛
南无水天佛　　南无坚德佛
南无旃檀功德佛　　南无无量掬光佛
南无光德佛　　南无无忧德佛
南无那罗延佛　　南无功德华佛
南无莲花光游戏神通佛　　南无财功德佛
南无德念佛　　南无善名称功德佛
南无红炎帝幢王佛　　南无善游步功德佛
南无斗战胜佛　　南无善游步佛
南无周匝庄严功德佛　　南无宝华游步佛
南无宝莲华善住娑罗树王佛

如是等一切世界诸佛世尊，常住在世，是诸世尊，当慈念我：若我此生，若我前生，从无始生死以来，所作众罪。若自作，若教他作，见作随喜。若塔若僧，若四方僧物，若自取，若教他取，见取随喜。五无间罪，若自作，若教他作，见作随喜。十不善道，若自作，若教他作，见作随喜。所作罪障，或有覆藏，或不覆藏，






应堕地狱、饿鬼、畜生，诸余恶趣，边地下贱及蔑戾车，如是等处。所作罪障，今皆忏悔。

今诸佛世尊，当证知我，当忆念我。我复于诸佛世尊前，作如是言：若我此生，若我余生，曾行布施，或守净戒，乃至施与畜生一抟之食，或修净行，所有善根成就众生，所有善根修行菩提，所有善根及无上智，所有善根一切合集，校计筹量，皆悉回向阿耨多罗三藐三菩提。如过去未来现在诸佛所作回向，我亦如是回向。

众罪皆忏悔，诸福尽随喜，
及请佛功德，愿成无上智。

去来现在佛，于众生最胜，
无量功德海，我今皈命礼。

五、阿弥陀经（一遍）：

南无莲池海会佛菩萨　（三称）

佛说阿弥陀经

如是我闻。一时佛在舍卫国，祇树给孤独园。与大比丘僧，千二百五十人俱，皆是大阿罗汉，众所知识：长老舍利弗、摩诃目犍连、摩诃迦叶、摩诃迦旃延、摩诃俱絺罗、离婆多、周利槃陀伽、难陀、阿难陀、罗侯罗、憍梵波提、宾头卢颇罗堕、迦留陀夷、摩诃劫宾那、薄拘罗、阿㝹[9]楼驮，如是等诸大弟子。并诸菩萨摩诃萨：文殊师利法王子、阿逸多菩萨、乾陀诃提菩萨、常精进菩萨，与如是等诸大菩萨。及释提桓因等，无量诸天大众俱。

[9] 音 nóu。



尔时，佛告长老舍利弗："从是西方，过十万亿佛土，有世界名曰极乐，其土有佛，号阿弥陀，今现在说法。

舍利弗，彼土何故名为极乐？其国众生，无有众苦，但受诸乐，故名极乐。

又舍利弗。极乐国土，七重栏楯，七重罗网，七重行树，皆是四宝周匝围绕，是故彼国名为极乐。

又舍利弗。极乐国土，有七宝池，八功德水，充满其中，池底纯以金沙布地。四边阶道，金、银、琉璃、玻璃合成。上有楼阁，亦以金、银、琉璃、玻璃、砗磲、赤珠、玛瑙而严饰之。池中莲花大如车轮，青色青光、黄色黄光、赤色赤光、白色白光，微妙香洁。

舍利弗。极乐国土，成就如是功德庄严。

又舍利弗。彼佛国土，常作天乐。黄金为地。昼夜六时，雨天曼陀罗华。其土众生，常以清旦，各以衣裓[10]盛众妙华，供养他方十万亿佛，即以食时，还到本国，饭食经行。

舍利弗。极乐国土，成就如是功德庄严。

复次舍利弗。彼国常有种种奇妙杂色之鸟：白鹤、孔雀、鹦鹉、舍利、迦陵频伽、共命之鸟。是诸众鸟，昼夜六时，出和雅音。其音演畅五根、五力、七菩提分、八圣道分，如是等法。其土众生，闻是音已，皆悉念佛、念法、念僧。

舍利弗。汝勿谓此鸟，实是罪报所生，所以者何？彼佛国土，无三恶道。



[10] 音 gé。






舍利弗。其佛国土，尚无恶道之名，何况有实。是诸众鸟，皆是阿弥陀佛，欲令法音宣流，变化所作。

舍利弗。彼佛国土，微风吹动诸宝行树，及宝罗网，出微妙音，譬如百千种乐，同时俱作。闻是音者，自然皆生念佛、念法、念僧之心。

舍利弗。其佛国土，成就如是功德庄严。

舍利弗。于汝意云何？彼佛何故号阿弥陀？

舍利弗。彼佛光明无量，照十方国，无所障碍，是故号为阿弥陀。

又舍利弗。彼佛寿命，及其人民，无量无边阿僧祇劫，故名阿弥陀。

舍利弗。阿弥陀佛成佛已来，于今十劫。

又舍利弗。彼佛有无量无边声闻弟子，皆阿罗汉，非是算数之所能知。诸菩萨众，亦复如是。

舍利弗。彼佛国土，成就如是功德庄严。

又舍利弗。极乐国土，众生生者，皆是阿鞞跋致，其中多有一生补处，其数甚多，非是算数所能知之，但可以无量无边阿僧祇说。

舍利弗。众生闻者，应当发愿，愿生彼国，所以者何？得与如是诸上善人俱会一处。

舍利弗。不可以少善根福德因缘，得生彼国。

舍利弗。若有善男子善女人，闻说阿弥陀佛，执持名号，若一日、若二日，若三日，若四日，若五日，若六日，若七日，一心不乱，其人临命终时，阿弥陀佛，与诸圣众，现在其前。是人终时，心不颠倒，即得往生阿弥陀佛极乐国土。





舍利弗。我见是利，故说此言。若有众生，闻是说者，应当发愿，生彼国土。

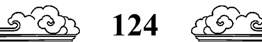
舍利弗。如我今者，赞叹阿弥陀佛，不可思议功德之利。东方亦有阿閦鞞佛、须弥相佛、大须弥佛、须弥光佛、妙音佛，如是等恒河沙数诸佛，各于其国，出广长舌相，遍覆三千大千世界，说诚实言：汝等众生，当信是称赞不可思议功德一切诸佛所护念经。

舍利弗。南方世界，有日月灯佛、名闻光佛、大焰肩佛、须弥灯佛、无量精进佛，如是等恒河沙数诸佛，各于其国，出广长舌相，遍覆三千大千世界，说诚实言：汝等众生，当信是称赞不可思议功德一切诸佛所护念经。

舍利弗。西方世界，有无量寿佛、无量相佛、无量幢佛、大光佛、大明佛、宝相佛、净光佛，如是等恒河沙数诸佛，各于其国，出广长舌相，遍覆三千大千世界，说诚实言：汝等众生，当信是称赞不可思议功德一切诸佛所护念经。

舍利弗。北方世界，有焰肩佛、最胜音佛、难沮佛、日生佛、网明佛，如是等恒河沙数诸佛，各于其国，出广长舌相，遍覆三千大千世界，说诚实言：汝等众生，当信是称赞不可思议功德一切诸佛所护念经。

舍利弗。下方世界，有师子佛、名闻佛、名光佛、达摩佛、法幢佛、持法佛，如是等恒河沙数诸佛，各于其国，出广长舌相，遍覆三千大千世界，说诚实言：汝等众生，当信是称赞不可思议功德一切诸佛所护念经。



舍利弗。上方世界，有梵音佛、宿王佛、香上佛、香光佛、大焰肩佛、杂色宝华严身佛、娑罗树王佛、宝华德佛、见一切义佛、如须弥山佛，如是等恒河沙数诸佛，各于其国，出广长舌相，遍覆三千大千世界，说诚实言：汝等众生，当信是称赞不可思议功德一切诸佛所护念经。

舍利弗。于汝意云何？何故名为一切诸佛所护念经？

舍利弗。若有善男子、善女人，闻是经受持者，及闻诸佛名者，是诸善男子、善女人，皆为一切诸佛之所护念，皆得不退转于阿耨多罗三藐三菩提。是故舍利弗，汝等皆当信受我语，及诸佛所说。

舍利弗。若有人已发愿、今发愿、当发愿，欲生阿弥陀佛国者，是诸人等，皆得不退转于阿耨多罗三藐三菩提，于彼国土，若已生、若今生、若当生。是故舍利弗，诸善男子、善女人，若有信者，应当发愿，生彼国土。舍利弗，如我今者，称赞诸佛不可思议功德，彼诸佛等，亦称赞我不可思议功德，而作是言：释迦牟尼佛能为甚难希有之事，能于娑婆国土，五浊恶世，劫浊、见浊、烦恼浊、众生浊、命浊中，得阿耨多罗三藐三菩提。为诸众生，说是一切世间难信之法。

舍利弗。当知我于五浊恶世，行此难事，得阿耨多罗三藐三菩提，为一切世间说此难信之法，是为甚难。”

佛说此经已，舍利弗，及诸比丘，一切世间天人阿修罗等，闻佛所说，欢喜信受，作礼而去。

六、般若波罗蜜多心经（一遍）：

观自在菩萨，行深般若波罗蜜多时，照见五蕴皆空，度一切苦厄。舍利子，色不异空，空不异色，色即是空，空即是色。受想行识，亦复如是。舍利子，是诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减，是故空中无色，无受想行识，无眼耳鼻舌身意，无色声香味触法，无眼界，乃至无意识界，无无明，亦无无明尽，乃至无老死，亦无老死尽。无苦集灭道，无智亦无得，以无所得故。菩提萨埵，依般若波罗蜜多故，心无挂碍。无挂碍故，无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃。三世诸佛，依般若波罗蜜多故，得阿耨多罗三藐三菩提。故知般若波罗蜜多，是大神咒，是大明咒，是无上咒，是无等等咒，能除一切苦，真实不虚。故说般若波罗蜜多咒，即说咒曰：揭谛揭谛，波罗揭谛，波罗僧揭谛，菩提萨婆诃。

七、诵佛菩萨名号（各三遍或七遍）：

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉本师释迦牟尼佛

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉善名称吉祥王如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉宝月智严光音自在王如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉金色宝光妙行成就如来






顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉无忧最胜吉祥如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉法海雷音如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉法海胜慧游戏神通如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉药师琉璃光如来

顶礼、供养、皈依出有坏善逝应供正等觉西方极乐世界阿弥陀佛

顶礼、供养、皈依文殊菩萨

顶礼、供养、皈依地藏王菩萨

顶礼、供养、皈依弥勒菩萨

顶礼、供养、皈依观世音菩萨

顶礼、供养、皈依除盖障菩萨

顶礼、供养、皈依金刚手菩萨

顶礼、供养、皈依普贤菩萨

顶礼、供养、皈依虚空藏菩萨

顶礼、供养、皈依十方三世一切佛，一切菩萨摩诃萨

八、诵咒（各三遍或七遍或二十一遍）：

释迦牟尼佛咒：嗡牟尼牟尼玛哈牟尼耶索哈





金刚萨埵咒：嗡班匝儿萨埵吽

阿弥陀佛咒：嗡阿弥德瓦阿依斯德吽舍

寂猛百尊咒：嗡阿吽 波的智达 嘛哈苏卡加纳 达杜阿 嗡热勒热勒吽久吽

六道金刚咒：啊阿下萨嘛哈

听闻解脱咒：阿比甲当嘎

本觉大密咒：嘛嘛郭林萨敏达

不动佛咒：那莫爵那札雅雅 嗡刚嘎讷刚嘎讷 若匝讷若匝讷 卓札讷卓札讷 札萨讷札萨讷 札德哈那札德哈那 萨瓦嘎玛巴让m巴爵讷美 萨瓦萨埵难匝索哈

地藏灭定业咒：唵钵啰末邻陀宁娑婆诃

七佛灭罪咒：离婆离婆帝 求诃求诃帝 陀罗尼帝 尼诃啰帝 毗黎你帝 摩诃伽帝 真陵乾帝 莎婆诃

往生咒：南无阿弥多婆夜 哆他伽多夜 哆地夜他 阿弥利都婆毗 阿弥利哆悉耽婆毗 阿弥利哆毗迦兰帝 阿弥利哆毗迦兰多 伽弥腻 伽伽那 枳多迦利娑婆诃

观音菩萨咒（若时间允许，则尽量多念）：嗡嘛呢叭美吽舍

九、经文偈颂（各一遍或三遍）：

诸法从缘起，如来说是因，
彼法因缘尽，是大沙门说。



诸恶莫作，诸善奉行，
自净其意，是诸佛教。

一切有为法，如梦幻泡影，
如露亦如电，应作如是观。

十、中阴愿文（莲花生大士造）：

（一）向诸佛菩萨求助之愿词（三遍）：

在自己即将死亡之际或于平时，应向诸佛菩萨求助。具体内容为：

于三宝前敬献真实圆满供品与意幻供品，手持妙香，并以强烈信心作如下猛厉发愿：

安住十方之诸佛菩萨，具大悲者，具大智者，具明眼者，具大慈者，众生救主，祈以大悲莅临于此，享用此等真实圆满与意幻供养。

汝等大悲圣尊，拥有不可思议之遍知智慧、大慈大悲、所作事业与救护之力。

汝等大悲圣尊，于“某某（亡者姓名）”自此世界前往他方世界，辞别此世、作大迁移、缺失友伴、苦不堪言、无依无怙、举目无亲、此生隐没、投生他道、走进黑暗、惨堕险地、深陷密林，为业所驱、游荡荒野、漂泊重洋、业风吹送、漫无目的、入大沙场、大魔所缠，于阎罗卒生大惊惧，以业堕入来世，不由自主、孤苦伶仃、独自前行之际，愿汝等大悲圣尊为“某某”作无皈依处者之皈依处、怙主、救助者，从中阴幽暗中获得救护，从业力赤风中得以回转，从阎罗大畏惧中得到救援，于中阴大关隘



中获得护送。

愿汝等大悲圣尊此时大悲无有枯竭，担当援军，不舍众生于三途，令其不失犯誓言，迅速发出大悲之力。祈请诸佛菩萨为“某某”所发之大悲方便威力永不消减，以大悲摄持，令众生不为恶业所驱。

祈请三宝拯救中阴苦难！

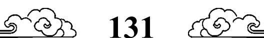
（二）中阴救畏愿词（一遍）：

呜呼！　　吾寿引业穷尽时，
此世亲眷无助益，独自踽踽漂中阴，
寂猛佛发悲力已，愿除无明深幽暗。
别离密友孤身行，自境空影现形时，
诸佛发出大悲力，愿无中阴惊怖难。
显现明慧五光时，无畏无惧知自现。
显现寂猛色身时，自信无恐识中阴。
感受恶业苦报时，愿寂猛佛扫诸苦。
法性自声雷鸣时，愿成大乘妙法声。
无怙跟随业行时，愿寂猛佛佑吾等。
感受习气业苦时，愿现明乐三摩地。
化生有之中阴时，愿无颠倒魔授记。
何处以心能至时，愿无恶业迷乱怖。
凶恶猛兽咆哮时，愿成六字之法声。
雨雪风暗所驱时，愿见明慧之天眼。
同类中阴诸有情，愿无妒忌生善趣。
饥渴烦恼交迫时，愿无饥渴寒热苦。

若睹来世父母合，愿见寂怒之父母。
投生自在能利他，愿得相好殊胜身。
吾获来世妙男身，愿见闻者速解脱。
一切恶业不跟随，愿诸福德随且增。
何处投生诸生中，愿见宿世之本尊。
初生通言行念宿，愿得不忘陀罗尼。
大中小之诸功德，愿稍见闻即通达。
生于何处皆吉祥，愿诸众生得安乐。
寂怒佛汝身如何，眷属寿命及刹土，
殊胜善妙相如何，愿我等亦如是成。
普贤寂怒大悲心，法性清净谛实力，
咒师专修之加持，愿所发愿如是成。

（三）中阴度险愿词（一遍）：

顶礼上师本尊空行诸尊！祈以大慈作引路，
吾因迷漂轮回时，祈请传承师指引，
不懈闻思修光道，佛母空行做后盾，
祈度中阴怖狭道，送往圆满正觉位。
因猛愚痴轮回时，祈请毗卢遮那佛，
引往法界智光道，空自在母做后盾，
祈度中阴怖狭道，送往圆满正觉位。
因猛嗔恨轮回时，祈请坏有金萨尊，
引往圆镜智光道，佛眼佛母做后盾，
祈度中阴怖狭道，送往圆满正觉位。
因猛傲慢轮回时，祈请宝生佛父尊，
引往等性智光道，玛玛各母做后盾，






祈度中阴怖狭道，送往圆满正觉位。
因猛贪恋轮回时，祈请坏有无量光，
引往妙察智光道，白衣佛母做后盾，
祈度中阴怖狭道，送往圆满正觉位。
因猛嫉妒轮回时，祈请坏有不空成，
引往成作智光道，誓言度母做后盾，
祈度中阴怖狭道，送往圆满正觉位。
因猛习气轮回时，祈请持明勇士尊，
引往俱生智光道，佛母空行做后盾，
祈度中阴怖狭道，送往圆满正觉位。
因猛迷现轮回时，祈请寂猛诸佛尊，
引往遣除怖畏道，怒空自在做后盾，
祈度中阴怖狭道，送往圆满正觉位。

呜呼！

虚空诸界不为敌，愿见蓝色佛刹土；
一切水界不为敌，愿见白色佛刹土；
一切地界不为敌，愿见黄色佛刹土；
一切火界不为敌，愿见红色佛刹土；
一切风界不为敌，愿见绿色佛刹土；
一切虹界不为敌，愿见佛种种刹土；
声光光芒不为敌，愿见寂怒浩瀚刹；
愿知诸声即自声，愿知诸光即自光，
愿知光芒自光芒，愿悟中阴之自性，
愿能现前三身刹。

（四）六中阴根本颂（一遍）：



呜呼！
此生中阴现前时，寿命无常断懒惰，
趋入不懈闻思修，现心转道现三身，
仅获此番人身时，绝非悠闲散漫时。

呜呼！
梦之中阴现前时，不作放逸愚躺卧，
无散正念性中住，依梦修炼幻光明，
莫若旁生酣痴眠，应当梦明融合修。

呜呼！
禅定中阴现前时，断除懒散迷乱众，
无散无执离边住，当获稳固二生圆，
弃离琐事专修时，勿受烦恼迷乱牵。

呜呼！
临死中阴现前时，于一切法断贪执，
忆念窍诀无散住。自明迁往无生界，
临离有为血肉身，了知无常幻化性。

呜呼！
法性中阴现前时，于诸现象断畏惧，
认识诸现皆自境，当知悉为中阴相，
将遇重大关要时，莫畏自现寂怒众。

呜呼！
有之中阴现前时，心存专注之期望，
精勤衔接余善业，阻止胎门忆回遮，
乃需真诚净见际，观佛父母断嫉妒。




忽视死亡拖延者，频忙此生无义事，
此生空返极荒谬。真正急需乃正法，
此时此刻何不修？成就上师如此言，
师教若未存自心，岂非自欺自己者？
祈愿至尊三宝救度中阴之剧苦！

十一、略极乐愿文（一遍）：

诶玛吙！
奇哉佛陀无量光，右侧至尊观世音，
左侧勇识大势至，无量诸佛菩萨绕。
稀有无量之安乐，名为极乐彼世界，
祈愿我等命终时，不隔他世即往生，
面见彼佛阿弥陀。如是我发之此愿，
祈祷十方佛菩萨，加持无碍得实现。

愿生西方净土中，九品莲花为父母，
花开见佛悟无生，不退菩萨为伴侣。

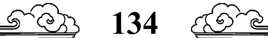
成就所愿咒：达雅他 班匝治雅阿瓦波达讷耶索哈

十二、普贤行愿品（一遍）：

所有十方世界中，三世一切人师子，
我以清净身语意，一切遍礼尽无余。

普贤行愿威神力，普现一切如来前，
一身复现刹尘身，一一遍礼刹尘佛。





于一尘中尘数佛，各处菩萨众会中，
无尽法界尘亦然，深信诸佛皆充满。

各以一切音声海，普出无尽妙言辞，
尽于未来一切劫，赞佛甚深功德海。

以诸最胜妙华鬘，伎乐涂香及伞盖，
如是最胜庄严具，我以供养诸如来。

最胜衣服最胜香，末香烧香与灯烛，
一一皆如妙高聚，我悉供养诸如来。

我以广大胜解心，深信一切三世佛，
悉以普贤行愿力，普遍供养诸如来。

我昔所造诸恶业，皆由无始贪嗔痴，
从身语意之所生，一切我今皆忏悔。

十方一切诸众生，二乘有学及无学，
一切如来与菩萨，所有功德皆随喜。

十方所有世间灯，最初成就菩提者，
我今一切皆劝请，转于无上妙法轮。

诸佛若欲示涅槃，我悉至诚而劝请，
唯愿久住刹尘劫，利乐一切诸众生。

所有礼赞供养福，请佛住世转法轮，
随喜忏悔诸善根，回向众生及佛道。

我随一切如来学，修习普贤圆满行，

供养过去诸如来，及与现在十方佛。

未来一切天人师，一切意乐皆圆满，
我愿普随三世学，速得成就大菩提。

所有十方一切刹，广大清净妙庄严，
众会围绕诸如来，悉在菩提树王下。

十方所有诸众生，愿离忧患常安乐，
获得甚深正法利，灭除烦恼尽无余。

我为菩提修行时，一切趣中成宿命，
常得出家修净戒，无垢无破无穿漏。

天龙夜叉鸠槃荼，乃至人与非人等，
所有一切众生语，悉以诸音而说法。

勤修清净波罗密，恒不忘失菩提心，
灭除障垢无有余，一切妙行皆成就。

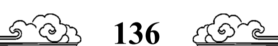
于诸惑业及魔境，世间道中得解脱，
犹如莲华不著水，亦如日月不住空。

悉除一切恶道苦，等与一切群生乐，
如是经于刹尘劫，十方利益恒无尽。

我常随顺诸众生，尽于未来一切劫，
恒修普贤广大行，圆满无上大菩提。

所有与我同行者，于一切处同集会，
身口意业皆同等，一切行愿同修学。





所有益我善知识，为我显示普贤行，
常愿与我同集会，于我常生欢喜心。

愿常面见诸如来，及诸佛子众围绕，
于彼皆兴广大供，尽未来劫无疲厌。

愿持诸佛微妙法，光显一切菩提行，
究竟清净普贤道，尽未来劫常修习。

我于一切诸有中，所修福智恒无尽，
定慧方便及解脱，获诸无尽功德藏。

一尘中有尘数刹，一一刹有难思佛，
一一佛处众会中，我见恒演菩提行。

普尽十方诸刹海，一一毛端三世海，
佛海及与国土海，我遍修行经劫海。

一切如来语清净，一言具众音声海，
随诸众生意乐音，一一流佛辩才海。

三世一切诸如来，于彼无尽语言海，
恒转理趣妙法轮，我深智力普能入。

我能深入于未来，尽一切劫为一念，
三世所有一切劫，为一念际我皆入。

我于一念见三世，所有一切人师子，
亦常入佛境界中，如幻解脱及威力。

于一毛端极微中，出现三世庄严刹，



十方尘刹诸毛端，我皆深入而严净。

所有未来照世灯，成道转法悟群有，
究竟佛事示涅槃，我皆往诣而亲近。

速疾周遍神通力，普门遍入大乘力，
智行普修功德力，威神普覆大慈力。

遍净庄严胜福力，无著无依智慧力，
定慧方便威神力，普能积集菩提力，
清净一切善业力，摧灭一切烦恼力，
降服一切诸魔力，圆满普贤诸行力。

普能严净诸刹海，解脱一切众生海，
善能分别诸法海，能甚深入智慧海，
普能清净诸行海，圆满一切诸愿海，
亲近供养诸佛海，修行无倦经劫海。

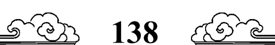
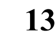
三世一切诸如来，最胜菩提诸行愿，
我皆供养圆满修，以普贤行悟菩提。

一切如来有长子，彼名号曰普贤尊，
我今回向诸善根，愿诸智行悉同彼。

愿身口意恒清净，诸行刹土亦复然，
如是智慧号普贤，愿我与彼皆同等。

我为遍净普贤行，文殊师利诸大愿，
满彼事业尽无余，未来际劫恒无倦。

我所修行无有量，获得无量诸功德，


安住无量诸行中，了达一切神通力。

文殊师利勇猛智，普贤慧行亦复然，
我今回向诸善根，随彼一切常修学。

三世诸佛所称叹，如是最胜诸大愿，
我今回向诸善根，为得普贤殊胜行。

愿我临欲命终时，尽除一切诸障碍，
面见彼佛阿弥陀，即得往生安乐刹。

我既往生彼国已，现前成就此大愿，
一切圆满尽无余，利乐一切众生界。

彼佛众会咸清净，我时于胜莲华生，
亲睹如来无量光，现前授我菩提记。

蒙彼如来授记已，化身无数百俱胝，
智力广大遍十方，普利一切众生界。

乃至虚空世界尽，众生及业烦恼尽，
如是一切无尽时，我愿究竟恒无尽。

十方所有无边刹，庄严众宝供如来，
最胜安乐施天人，经一切刹微尘劫。

若人于此胜愿王，一经于耳能生信，
求胜菩提心渴仰，获胜功德过于彼。

即常远离恶知识，永离一切诸恶道，
速见如来无量光，具此普贤最胜愿。



此人善得胜寿命，此人善来人中生，
此人不久当成就，如彼普贤菩萨行。

往昔由无智慧力，所造极恶五无间，
诵此普贤大愿王，一念速疾皆消灭。

族姓种类及容色，相好智慧咸圆满，
诸魔外道不能摧，堪为三界所应供。

速诣菩提大树王，坐已降伏诸魔众，
成等正觉转法轮，普利一切诸含识。

若人于此普贤愿，读诵受持及演说，
果报唯佛能证知，决定获胜菩提道。

若人诵此普贤愿，我说少分之善根，
一念一切悉皆圆，成就众生清净愿。

我此普贤殊胜行，无边胜福皆回向，
普愿沉溺诸众生，速往无量光佛刹。

近年来，汉地许多人为亡者助念时，缺乏一套系统完整的念诵仪轨。尽管历来高僧大德们对荐亡超度有诸多教言，但内容大多为持诵阿弥陀佛圣号，不一定能普泽不同根基的众生。鉴于此，本人翻阅大量经续论典后，编集了这一《助念往生仪轨》，其中皆为诸佛菩萨之金刚语，对亡者之利益，绝对真实无欺。

要知道，在亡者临终的有限时间内，对其助念极为关键。《地藏经》云：“一切众生，临命终时，若得闻一佛名，一菩萨名，或大乘经典一句一偈。我观如是辈人，除五无间杀害之罪，小小恶业，合堕恶趣者，寻即解脱。”






故大家最好能于四十九天内，每天诵此仪轨，尽量行持念佛、放生、吃素等善法。《地藏经》中也说："若能更为身死之后七七日内广造众善，能使是诸众生永离恶趣，得生人天受胜妙乐。"倘若自己条件具足，还应在此期间，每天念诵《金刚经》、《地藏经》、《极乐愿文》或《闻解脱》等教典，如此则对亡者利益不可估量。

此仪轨念诵简单，且加持无量，无偏适用于显密、藏汉各大宗派，望有缘者莫等闲视之！

释迦沙门索达吉于色达喇荣五明佛学院

2009 年 12 月 10 日

